了凡四训

[明] 袁了凡 著

费勇 译



命由我作，福自己求

曾国藩将本书列入子侄们的必读书目

胡适奉其为中国思想史上的重要著作

“经营之圣”稻盛和夫从中获得人生顿悟

《金刚经修心课》作者费勇教授精美译文

VISIT…

LANZAROTE Caliente.com

目录

译序
译文

立命之学
改过之法
积善之方
谦德之效

原文

立命之学
改过之法
积善之方
谦德之效

了凡四训

[明]袁了凡 著
费勇 译

三秦出版社

图书在版编目（ＣＩＰ）数据
了凡四训 /（明）袁了凡著；费勇译. — 西安：三秦出版社，2017.7
ISBN 978-7-5518-1511-6
I. ①了 … II. ①袁 … ②费 … III. ① 家庭道德 - 中国 - 明代 IV. ①B823.1
中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第143864号

了凡四训
（明）袁了凡 著 费勇 译

出版发行 陕西新华出版传媒集团 三秦出版社
社址 西安市北大街147号
电话（029）87205121
邮政编码 710003
印刷 北京旭丰源印刷技术有限公司
开本 787mm×1092mm 1/32
印张 3.75
字数 100千字
版次 2017年7月第1版 2017年7月第1次印刷
印数 1-7,000
标准书号 ISBN 978-7-5518-1511-6
定价 32.00元
网址 http://www.sqcbs.cn

译序

一

我有一个朋友，名牌大学毕业，20世纪80年代就开始经商。经过原始积累，到90年代，富了，但，好像变得比以前更不安了。每年要花十几万请风水师啊命理师啊，帮他摆布家具，还要放生、拜神，诸如此类，说是可以趋吉避凶。我忍不住批评了他的做法，并用事例说明很多的风水师、命理师不过是深谙人性弱点的骗子。朋友笑笑，说他其实也不完全信，不过是买一个心安。

我这位朋友，不过是无数普通中国人中的一员。千百年来，中国人最关心的人生问题，是这样两个切身的功利问题：一个是如何保平安，一个是如何获得功名利禄。但耐人寻味的是，大多数中国人对于这两个问题的思考，既不会深入到生死、真理这样的终极层面，也不会深入到制度、道德等社会层面，而是把它们看作个人问题，是需要自己找到解决方法的问题。

而大多数人找到的方法就是归在神、佛、仙、命理、风水等名下最简单的形式主义的方式。而且非常功利，画个符，就要马上驱邪；念个咒，股票就要立刻上涨。抄了一遍心经，恨不得癌细胞即刻消失。如果达不到自己的期待，就是不灵。中国人经常说的，是这个庙或这个命理师，灵不灵。灵还是不灵，是很多中国人选择信仰的一个标准。不幸，这个灵还是不灵，又非常主观。所以，所谓的灵，往往不过是皇帝的新衣，自欺欺人。

意大利传教士利马窦1583年到达中国肇庆，一直到1610年在北京去

世。他在《中国札记》这本书里谈到他在中国的所见所闻，说最令他觉得不可思议的是中国人信风水，“一本黄历上写着每个日子适合做什么”，“非常荒唐，而这群骗子居然能够骗到皇帝和平民”。在他看来，这些看风水算卦的骗子是中国的大害虫。

利玛窦犀利地指出了中国人信仰体系里最低的一个层面：总是想着要通过命理风水、求神拜佛之类达成趋吉避凶的目的，甚至改变自己的命运。直到21世纪的今天，这种极其功利的近乎巫术崇拜的迷信，仍然是一个广泛的现象，普遍存在于官员、平民、富豪、穷人当中。但是，如果观照大的历史、文化背景，简单地说中国人只有迷信，也并不公允。

《了凡四训》显示了中国人信仰体系里的另一个层面：透过自我修行创建良好的生活。这本书的作者袁了凡生于1533年，逝于1606年，和利玛窦生活在大明王朝的同一个时期，但彼此大约并不知晓，利玛窦一定没有读过《了凡四训》。如果读到了，也许对于中国人的信仰会有更全面的认知。在中国，固然有人迷信，但也有不少通达的人对于人生有独到的思考。《了凡四训》的价值，正在于把儒家、道家、佛教的思想，与命理风水相融汇，超越了迷信的层面，变成一种操作性很强的生活哲学。

二

《了凡四训》回答的，正是中国人最关心的两个问题：如何保平安？如何获取功名利禄？或者更简单地合并成一个问题：如何改变自己的命运？袁了凡在《了凡四训》里首先试图矫正中国人两个普遍的习惯：一是习惯于“命中注定”“听天由命”；二是当对命运有所不满的时候，习惯于向外求，向命理求，向风水求，向神灵求。

袁了凡说他年轻的时候，遇到一位孔先生，把他的命运算得清清楚楚，而且在多年里逐一应验。袁了凡因此心如止水，觉得命运既然已经天注定，那何必再努力什么呢。直到有一天，偶然遇到云谷禅师，才发生了根本的改变。云谷禅师向袁了凡讲了一个道理：“每个人的命运，其实都是自己造作而成；每个人的福报，也是自己努力追求而得。”“人的命运好

坏，离不开人的心，假如从心的层面上找寻，没有不感应的，求不求在于自身。不只是道德仁义想求就能求得，功名富贵其实也是如此。我们既可以向内求道德仁义，同时也可以向外求功名富贵，内外都有所得，这才是正确的追求。”

那么到底怎样才能改变命运呢？云谷禅师说：“要种植新的种子，让它发芽、开花、结出新的果实。从现在开始，你要不断扩大充实自我的德性，坚持不懈地做好事，而且是默默做好事，积累阴德。这些自己所造的福德，哪有享受不到的道理？”

云谷禅师又拿出一本功过簿给袁了凡，让他每天有所反省，把自己做的好事坏事都记录下来。最后，他教袁了凡念“准提咒”，说如果念到烂熟于心的地步，就会有强大的感应。

于是，袁了凡按照云谷禅师的说法，重新规划了自己的人生。没过多久，他的命运就发生了变化。这本《了凡四训》，是他写给自己儿子的。在这本书里，袁了凡通过自身经历，讲述了命运可以透过修行改变，透过什么修行改变呢？透过持续不断地做好事来改变。

持续不断地做好事，可以改变自己的命运。这种说法在理论上并没有多大的创意，我们在佛教、儒家、基督教的典籍里，很容易找到类似说法。但是放在中国社会，袁了凡彰显了特别的价值，价值在于他把这个说法变成了实实在在的生活方式。也就是说，在世俗生活层面，袁了凡是了不起的，因为他矫正了中国人日常生活里普遍存在的对命理风水的迷信，倡导了一种积极向上的、自己命运自己掌握的人生态度。

当人们普遍地向神佛、风水寻求帮助的时候，袁了凡极力向人们证明，真正能改变自己命运的，是自己的心念和行为。如果我们想要财富，想要名望，那就修炼成与财富名望相匹配的心态、思想、品德和能力。没有什么东西能够真正保佑我们，除了我们自己的所想所为。平安，源于内心。

三

袁了凡根据云谷禅师的开示，过上了修行的人生。首先是改过，就是矫正自己的行为，有所不为。其次是行善，就是不断地做好事。他分辨何为善何为恶，又细细列了十种善事。最后，讲了保持谦虚的重要性。

《了凡四训》是一部家训，一位父亲写给儿子以及子孙后代的人生教科书。写给子孙后代，无非是希望把自己最有价值的人生心得、经验告诉他们，帮助他们少走弯路，顺顺利利地把家族一代代传承下去。中国人的人生哲学、价值观、生活方式等最能从家训里看出。

有名的家训比如南北朝时候的《颜氏家训》，近代的有曾国藩的家书。家训中的道理不像《庄子》《论语》之类偏于形而上的思辨，而是实实在在的处世之道，是一些实际的人生道理。又因是写给自己的子孙，希望他们有所获益，所以迷信层面的、怪力乱神的也很少，而是一些对普通人有帮助的方法论。

也因为是写给后代，就格外诚恳，拼着一切法子想把自己毕生的经验教训、一切的人生感悟教给孩子，希望他们过上好的生活。《了凡四训》在中国家训中的价值显得很突出，是因为他提倡的活法，在当时显得很励志。同时，他并不讳言追求富贵，而追求富贵的方法，不是厚黑学，不是权谋或神神鬼鬼，而是清净自己的心性以及在行动上持续不断地行善。这些，即使在今天的中国，仍然有正面的意义。

从佛学或老子、庄子的角度看，《了凡四训》显然不够究竟，也包含着有所求和无所求的深刻悖论。另外，就像中国所有的家训一样，把对安全感的追求，完全寄望于个人的心态、行为，却没有终极与制度层面的思考，不能不说是中国传统的缺憾。但不论怎样，作为一本生活方式的手册，这本书仍然值得一读，值得在我们的生活中不同程度地加以运用，是一本能够让我们变得更好的书。

袁了凡践行对善的信仰，心安理得地度过了一生。他原本号学海，为什么后来改叫了凡，《了凡四训》里有提到，读完你就明白了。袁先生不是什么大文豪，也不是什么大官，用现在的话来说，就是一个普通的公务员。只不过相较普通公务员，他有强烈的求知欲，他广泛涉猎哲学、天文、农学、水利等方面的知识，写了二十多部书。这些在古代中国，都算

不上什么有利仕途的领域，所以，他的官不会当得太大，他的名望也不会很大。他做过宝坻县的县令，还做过军事官员出征朝鲜，当时的朝鲜正在遭受日本的侵略。

他一生中大多数时间，就是在自己家乡嘉善，读书、写书、教育子女，其著作中最有名的就是这本《了凡四训》，竟成传世之作。

四

回到我前面提过的那个朋友。2012年开始，突然不再请风水师了，而是每年拿出二十万捐给慈善机构。我问他为什么？他说这些年来，以他自己的观察，单纯地相信某一个行为比如念佛、念咒语就能保佑自己是非常片面的。这样做的很多人，其实并没有得到什么保佑，该进监狱的不会因为念了佛就不进监狱。

上天是公正的，不是看你拜不拜，而是看你实际做了什么。最后，每个人都要为他自己的行为买单。钱是买不来神灵的保佑的，我们只能在自己的心念和行为里找到安心的路。所以，要修心。这是他几十年人生的最大体会。他说，他的改变还因为一本书，就是这本《了凡四训》。他又加了一句：这本书里讲只要做好事就能求子得子，求富贵得富贵，他并不是很认同。如果做好事还要执着于求子求富贵，那么做好事会很累。

最好是，只做好事，莫问前程，心安就好。

费勇
2017年2月14日
于广州

立命之学

我很小的时候，父亲就去世了。母亲让我放弃科举，不要走当官的路，而去学医。母亲的想法是，学医既可以养活自己，又可以帮助别人。况且，通过一种技艺成就自己的名声，也是我父亲的心愿。

不久，我在慈云寺遇到一位老人，胡子修长，身躯伟岸，仙风道骨，我向他行礼表示敬意。老人对我说："年轻人，你是当官的命啊，如果你明年去参加考试，一定可以考取秀才。这么好的当官的命，你为什么不去读书呢？"我把自己的情况老实告诉了他，并询问他尊姓大名以及来自哪里。老人回答："我姓孔，云南人。我已经得到了邵雍先生的《皇极经世书》的正传，从运数上看，我应该传授给你。"［邵雍是北宋年间的易学大师，他有一本巨著《皇极经世书》，运用易理和易教推究宇宙起源、自然演化和社会历史变迁。很玄妙，很了不起。——译者注，下同］

我觉得这个孔先生很有来头，就把他请到家里，并告诉了母亲。母亲一听，也觉得这应该是一个高人，就让我好好招待孔先生。孔先生住在家里的日子，我又用很多问题试了他的术数，没有一次不灵验的。于是，我相信了孔先生对我的劝导，起了读书的念想。但我的家境要供我读书，有一定困难，就和表兄沈称商量，表兄说："郁海谷先生在沈友夫家里授课教学，我送你去那里寄读很是方便。"这样，我就拜了郁先生为老师。

孔先生通过占卜，把我第二年要参加的考试结果预测如下：参加县一级的考试，会得第十四名；参加府一级的考试，会得第七十一名；参加提学一级的考试，会得第九名。第二年去考试，果然如此。于是，我就请求孔先生把我一生的命数算一算。孔先生算了一会儿，就一一告诉我，哪一年考试会考第几名，哪一年成为廪生［廪生是秀才的一个级别，到了这个级别，就能领取国家的米粮］，哪一年当上贡生［贡生是秀才的最高级别，考上

贡生，等于拿到了通往太学的门票］　，在贡生之后哪一年会当上四川某个县的县长。当县长三年半后，应该辞官还乡。

孔先生还算出，在五十三岁那一年的八月十四日丑时，我会辞别这个世界，寿终正寝。最后，他又说我命中没有子女。我把孔先生说的，都一一记录下来。

从此以后，凡是遇到考试，得到的名次，都不出孔先生的预料。唯独错了一点，就是孔先生算定我做廪生领取国家九十一石五斗粮食就能出贡，但是，我在领取米粮七十余石时，就被当时掌管教育的屠姓提学批准补贡。在这件事上他好像算错了。

但不久，奇怪的事情发生了。一位姓杨的代理提学驳回了屠姓提学批准我补贡的批文，我只好继续贡生的生活。直到丁卯年（1567年），我已经三十四岁了，主持教育的殷秋溟宗师无意中看到我的卷文，感叹说："五篇策论，显示了广博的知识和深刻的见解，怎么能让这样的儒生老于窗下呢？"于是，殷先生又为我申请补贡并获得了批准。这时我刚好领了九十一石五斗廪米。看来，还是没有逃出孔先生算出的命数。这让我对孔先生佩服得五体投地，从此更加相信命运有定数，没有必要强求。

补贡后，到了北京，整整一年，每天就是静坐，也不读什么书。己巳年（1569年）我回到南京，进入当时的国家大学——南雍［又叫国子监］。去国子监之前，我抽空去栖霞山拜谒云谷禅师，进行禅修。在一间房间里和禅师相对而坐，三天三夜不曾合眼睡觉，也不说一句话。

云谷禅师问我："一般的凡夫俗子之所以不能成为圣人，成为觉悟者，是因为执着于各种妄念。你整整坐了三天三晚，不见你起心动念，是什么原因呢？"

我回答："有一个算命的孔先生，把我一生的得失荣辱，都已经算得清楚明白，我就算是要起妄想，也已经没有什么可想的了。"云谷禅师笑着说："我原以为你是一个有大智慧的人，没想到你其实还是一个凡夫。"

我问他为什么这样说。禅师回答："一个人如果做不到没有妄念，就会被妄念束缚，最终难逃命运的流转，怎么还可能超越命运呢？事实上，只有凡夫俗子才会有所谓的命数。非常非常善良的人，命数很难困住他；非常非常邪恶的人，命数也很难框住他；因为，善与恶积下来的种子，让命运变得很不确定。你二十年来，因为被一个算命先生算定了命运，就从此不再努力，不曾转动命运丝毫，难道不是凡夫俗子吗？"

我问："难道可以逃脱命数吗？"

禅师回答："每个人的命运，其实都是自己造作而成；每个人的福报，也是自己努力追求而得。《诗经》里说，我们应当牢记祖先，努力进德修业，配合天命，自己多多追求福气。确实是古之明训。我们佛教的经典里说，求富贵可以得富贵，求生男生女可以生男生女，求长寿可以得长寿。说谎话是佛门大戒，各位佛菩萨说的，怎么会欺骗你？"

我进一步问："孟子说过，那些仁啊义啊礼啊智啊，是人本性中本来就具有的，只要想要，就可以得到。所以，仁义道德，是我们想求就可以求得的。但是，功名富贵怎么可能我们想求就能求得呢？"

禅师回答："孟子说得并没有错，只是你自己理解错了。你有没有听六祖慧能说过，人的命运好坏，离不开人的心。假如从心这个层面上去寻找，那就没有不感应的，求不求在于自身，不只是道德仁义我们想求就能求得，功名富贵其实也是我们想求就能求得。我们既可以向内求得道德仁义，同时也可以向外求得功名富贵，内外都有所得，这才是正确的追求。"

禅师又说："假如我们不从自己的内心深处去自我省察，而是一味追求外在的东西，就会陷入盲目的追求中，万事只能听天由命，向内向外都不会得到，没有什么益处。"

禅师又问我孔先生是如何测算我的命数的，我老老实实告诉了他。禅师听了，就说："你自己觉得你是否应该考取功名？是否应该生儿子？"我想了一会儿，说："不应该。考取科举的人都有福相，我却十分福薄。又没有积累功德善行，使自己的福德根基厚实；又不愿意做过于繁琐的事

情，不能包容别人，心胸狭窄，经常恃才傲物，说话轻率，随意议论，这些都是福德浅薄的表现。怎么能够考取功名呢？

“此外，大地上越是污秽之处，越是能够生长作物，水太清了就没有鱼能够生存。我几乎是一个有洁癖的人，所以，这是没有儿子的第一个原因。和气才能化育万物，我却经常发怒，这是我没有儿子的第二个原因。慈爱是生生不绝的根本、残刻是不育的根本，我自己爱惜名节，常常不能舍己救人，这是没有儿子的第三个原因。说话太多就会消耗元气，而我很爱说话，这是我没有儿子的第四个原因。喜欢喝酒，过度则伤神，这是没有儿子的第五个原因。喜欢熬夜，又不懂得养育心神，这是没有儿子的第六个原因。其他还有很多过失，不能一一列出。”

云谷禅师说：“其实不仅仅是考功名这件事。世间享有千金财产（即大富）的人，一定是配得上千金财产的人；世间享有百金财产（即中富）的人，一定是配得上百金财产的人；饿死的人，一定有饿死的原因。上天对待一切，从根本上说是公平的，顺应自然的因果规律，不会有丝毫的错失。好像生孩子，你积下百世之德，一定有百世的子孙传承；你积下十世之德，就会有十世的子孙传承；你积下三世或二世之德，就会有三世或二世的子孙传承；没有后代的人，说明福德很薄。现在，你已经认识到了自己过去的种种过失，那就要把你自己考不取功名、没有后代的原因，彻底扭转过来。一定要积德，一定要对人宽容，一定要和气慈爱，一定要保养精神。从前的那个你，等于昨天已经死了，从今以后，就从今天开始，诞生一个新的你。这个新的你，一定可以超越固有命数，是再生的义理之身。

“血肉之躯，落在命数里，就可以推算。但是，如果我们透过修行让自己的心念和行为合乎义理，那我们就可以超越命数，自己决定命运。《尚书》里的《太甲》说，天降的灾难还可以躲避，自己造的罪业，一定活不了。《诗经》上说，一定要永远配合天命而行事，自己为自己积累福德。

“孔先生算定你考不取功名，没有儿子，是过去的业力所致，但既为业力所致，就是可以改变的。怎么改变呢？就是要种植新的种子，让它发

芽、开花，结出新的果实。从现在开始，你要不断扩大充实自我的德行，坚持不懈地做好事，而且是默默地做好事，积累阴德。这就是自己所造的福德，哪有享受不到的道理？

“《易经》所讲，都是为君子的生命成长所谋划，并具体教导如何趋吉避凶。如果天命是不变的，怎么能趋吉避凶呢？开章讲的第一个意思，就是‘乐于做好事的人家，一定会得到许多幸福’。你信不信这句话呢？”

我说我完全相信《易经》所说，并向禅师礼拜请求教诲。我把自己过去犯下的种种罪过，在佛前全部坦白，没有一丝一毫的隐瞒；表达了深深的忏悔，并把忏悔写成文章。我发愿求取功名，还发誓要做三千件好事，以报答天地祖宗的恩德。

云谷禅师给我看了一本功过格，就是用来记录善恶功过的簿册，善言善行记为“功”，恶言恶行记为“过”。禅师让我把每天做的事情，都一一登记。善事看看是否增加了，恶事看看是否减少了。又教我念准提咒，说这个咒有强大的感应力。

云谷禅师又告诉我：“道家有一种说法，不会写符的人，连鬼神都会笑话他。符的秘诀，其实也很简单，就是心里没有杂念。拿笔写符的时候，要把一切杂七杂八的牵挂全部放下，一点点的胡思乱想都没有。就从这个不动念的时刻下笔，并放开写去，在物我两忘的境界里，一笔挥成，毫无顾虑，就能写出一张灵验的符。

“向天地鬼神或菩萨佛祖祈愿，从而建构自己生命的格局，都应该不存一丝妄念，只是虔诚祈祷，勤勉修行，才能有所感应。孟子谈到怎么立命，说‘夭寿不贰’，什么意思呢？就是说短命和长寿是很主观的二分法，当我们安静的时候，当我们全然地投入生活时，哪有短命？哪有长寿？细细说来，如果我们对于丰足和短缺不起分别心，那么，就可以在贫富方面乐天知命，不被贫富所牵累。如果我们对于潦倒和成功不起分别心，就可以在贵贱方面顺应天命，不为贵贱所牵累。如果我们对于短命和长寿不起分别心，就可以在生死方面得大自在。人生在世，生死是最重要的事，勘破了生死，一切的顺境和逆境都能够安之若素。

“我们对于命运的态度，应当是勤勉修身而又能安心等待。也就是说，是竭尽所能之后的放下。又可以说，是用出世的心做入世的事业。所谓‘修’，就是自身有过错，都应当彻底改正，永不再犯。所谓‘俟’，就是哪怕有一点点非分的企图、念头，有一点点的迁就、迎合，都应当彻底斩断它们。达到了这种境界，就是达到了不动念的境界，才是实实在在的学问，才是真正的立命之学。你很难做到完全不起杂念，但可以坚持念准提咒，不用记数，只是不断念咒，从不间断，念到烂熟于心。在持这个咒语的时候，好像并没有刻意，可以同时做其他事情；而平时在做其他事情的时候，又好像同时在持咒。一直这样持咒到不起妄念，就会产生很多在常人看来很神奇的感应。”

听了云谷禅师这番教导，我当日就把自己的名号改了。我原来名号“学海”，现在改为“了凡”，意思是证悟了关于创造自己命运的深刻道理，不想像凡夫那样被命运束缚。

从此以后，我每天都谨慎小心。此后，就觉得自己和从前不一样了。大概就是所谓“觉今是而昨非”。以前只是悠游放任地生活，现在则过着战战兢兢、心存敬畏的生活，即使一个人独处的时候，也常常担心自己心里有什么恶念，会得罪天地鬼神。遇到别人诋毁我憎恨我，也能坦然接受，不以为意。

第二年，参加礼部的考试，孔先生原算我得第三名，但我考了第一名。孔先生的算数不灵验了，可见命运有变数。但反省自己，我做得还不够纯粹：要么想做善事而行动却不够勇敢，要么帮助了别人但心中其实有迟疑，要么虽然勉力做了好事却言语失当，要么醒的时候能够自律，而醉的时候就放纵自己。我自己认真反省，觉得所做好事与所犯之过相比较，过要大于功，实在是虚度了很多光阴。

从己巳年（1569年）开始，我发了誓愿，直到己卯年（1579年），用了十年时间，完成了三千件善事。由于那时我在李渐庵军中担任职务，一直没有时间进行回向。［什么是“回向”呢？就是回转自己所修的功德而趋向于一定的对象。］

第二年南下，终于有机会请性空法师、慧空法师举行回向仪式。十年前许下的愿望全部实现了。于是，我又发愿行善三千，以求得一子。结果，三千善事还没有做完，来年就生下了儿子天启。

我每做一件善事，就用笔记录下来。荆妻不识字，就用鹅毛管蘸了印泥在日历本上印上红圈。或者把自己的食物布施给需要的人，或者放生，一天之内做类似的好事，总有十来件。四年下来，就做了三千件。于是，请性空法师等师父在家里的佛堂做回向。

九月十三日，我起了中进士的念头，于是，发愿行善一万件。三年后，就中了进士，被任命为京城附近宝坻县的知县。原来孔先生算我要去四川的偏远地区做县令，现在却完全改变了。在知县任上，我准备了一本簿子，叫做《治心编》。每天早晨起来升堂的时候，家人会把这本簿子交给衙役，然后放在我的案头，每天所行之善、所犯之过，一丝一毫都记录下来。到了晚上，按照宋代赵阅道先生的做法，在庭院里设了桌子，供上香，把自己一天做的事情老老实实向上天禀报。

荆妻见我因公务繁忙而少了行善，非常担心："我以前在家里，帮助你一起做善事，所以三千件很快做完了。现在你许愿一万，却在衙门里忙着公务，什么时候才能完成一万件呢？"这确实是一个问题，让我很困扰，不知道怎么回答。

当天夜里，我做了一个梦，梦见一个神人，我就向他倾诉了我的困境，又要忙公务，又要行善，很难两全。神人说："你减了老百姓交粮的数量，这件事，就抵得上一万件好事了。"

宝坻县的田赋，我的前任按照每亩两分三厘七毫上交给朝廷。我到任后，减少到每亩只交一分四厘六毫。减少田赋这件事做得到底对不对，我自己并没有十分的把握。正好幻余禅师从五台山过来，我把梦里神人所说，告诉了禅师，并问神人所说是否可信。禅师回答："行善的心真诚而且迫切，一件善行确实可以抵得上一万件善行，更何况是全县减收田赋，造福了黎民百姓。"我随即捐出我的工资，用于在五台山以食物供养僧众一万人，作为我自己修行的回向。

孔先生算定我在五十三岁有大难，并且寿终。我自己并没有祈求长寿，但五十三岁那一年，竟然平安度过。现在，我已经六十九岁了。《尚书》上说，天道难酬，其命不常。又说，命数会变化，并不是恒常。说得千真万确。我从自己的切身经历体会到，凡是说祸福都是自己造成的，乃是圣贤之论；凡是说祸福都是天注定的，都是世俗之论。

孩子，还没有人算过你的命，不知道怎么样？但是，不论怎么样，当你飞黄腾达的时候，要保持谦卑，要常作落寞之想；即使一帆风顺的时候，也要多多想到艰难险阻；即使丰衣足食的时候，也要想到忍饥挨饿；即使人家对自己很好，也要想想自己有什么值得人家善待的；即使家道兴隆的时候，也要居安思危；即使已经很有学问了，还是要看到更有学问的人，要意识到自己的学问其实远远不够。

孩子，从远的方面讲，要想着如何弘扬祖先的美好德行；近的方面，要想着如何妥善弥补父母的过失。对上，要多想想如何报效国家；对下，要多想想如何造福家庭；对外，要多想想如何急人之难；对内，要多想想如何防止自己心生邪念做坏事。

孩子，一定要天天反省自己做错了什么，天天把自己的过失改正。一天不反省自己的过失，就会心安理得地一直错下去；一日不去改正自己的错误，就是一天没有什么进步。天下聪明俊秀的人不少，有的却不能勤勉修行德性、拓宽学问，为什么呢？只因“因循”两字，耽搁一生。［因循就是守着世俗之见，按照社会的惯性得过且过，对于人生没有更高的追求。］

云谷禅师传授我的关于改变自己命运的道理，实在是精辟而深幽，是真正的终极真理，值得反复玩味思考，并且尽力去践行，不要有任何的放纵。

改过之法

春秋时代的士大夫，观察一个人的言行，就能够推测出他的吉凶祸福，没有不灵验的，这些都记载在《左传》《国语》诸书里。吉凶的预兆，一般是先萌动于内心，而后在言语行动里体现出来。一个人如果心地淳厚，就常常会有福气；一个人如果待人刻薄，那就常常会有祸害。普通人受各种成见的干扰，看不到真相，就以为不能确定和预测。其实至诚到合乎自然，福气就来了，只要观察所做的善行就可以预知；而祸害来临之前，观察所做的恶行也可以预知。如今想获得福气而远离祸害，我们可以先不谈行善，而是从改正过失开始。改变命运的第一步，就是先把自己的过失改正过来。

改正过失的方法，第一，要有羞耻心。想想古时候的圣贤，和我一样同为七尺男儿，为什么他们能够成为圣贤流芳百世，而我却一事无成？沉溺于情欲，以为别人不知道而私下做一些不义的事，还没有愧疚之心，一天天沦为禽兽而不自知，世界上羞耻的事莫过于此。孟子说，羞耻心对于人非常重要。因为有羞耻心就可能成为圣贤，没有羞耻心或许就会沦为禽兽。这是改过的关键。

第二，要有敬畏心。天地在上，我们很难欺骗鬼神。即使在没有人看到的地方做坏事，头顶的神明，也看得清清楚楚，一一记录；重则让你遭遇各种祸害，轻则让你折损现世的福报，我们怎么可以不存敬畏之心呢？

不只如此。我们在私室独居的时候，神明也无处不在。即使百般遮盖，巧加掩饰，丑恶的心思也会暴露，可以欺骗自己但骗不了神明。而一旦被人识破，为人也就一钱不值了。我们怎么能不敬畏神明呢？

不只如此。一个人只要活着，还有一口气，即便犯了弥天大罪，都还

有悔改的希望。古时候有的人一生作恶多端，临死时幡然悔悟，内心升起善念，也可以得到善终。强烈的悔改和善念，足以洗涤百年的罪恶。打个比方，幽闭了一千年的黑暗山谷，只要有灯光照进来，就一下子除掉了千年的黑暗。所以，不论犯了什么过错，还是多久以前的事，只要下决心改正错误，就是难能可贵的。然而，我们一定要明白，人世无常，生命非常脆弱，就像佛陀说的，命在一呼一吸之间，一口气接不上，想改过也来不及了。所以，改过要趁早，觉悟要趁早；而一旦觉悟，就一定一刻都不能懈怠，一念都不能放纵。如果生前不能改过，那么死后，之前所造的恶业，千百年都会成为一种恶名让你担负，就算你的子孙多么孝顺慈爱，也不能帮你洗涤恶名。往深里看，若背负着恶业，必定遭受沉沦地狱的报应，就算是圣贤佛菩萨，也救不了。所以，能够没有敬畏心吗？

第三，是要有勇猛心。一般人不能认识到自己的过错，不能进而改正自己的过错，大多是因为因循守旧，得过且过，畏难退缩。因此必须发奋振作，不要犹犹豫豫，不要消极等待，要立即行动。小的过错，就像芒刺钻进了肉里，应当迅速剔除；大的过错，就如毒蛇咬了手指，应当赶紧砍掉手指。有一点的迟疑，都可能丢掉性命。《易经》说得好，风雷相助，象征增益，君子因此看见善行就一心向往，有了过失就马上改正。

有了羞耻心、敬畏心、勇猛心这三种心，必然一有过错就改，如同春天的冰遇到太阳，即可融化，哪用担心不会消失？当然，人的过错，有的从事情本身去改，有的从道理上去改，有的从心性上去改，用的是不同的功夫，效果也会有所不同。比如，以前杀生，现在不杀了；以前经常发脾气，现在不发了，这是从事情本身上去改正。从外部强制自己去改，改起来很困难，就算表面上改了，但病根还在，解决了这个问题，却又引起那个问题，并不是究竟的解决之道。

善于改正过错的人，在还没有付诸行动改正错误之前，就先把其中的道理彻底弄明白了。比如，对于杀生这个过错，会去思考：上天爱惜一切生灵，而所有的生灵都有求生的本能，杀了别的生命，来供我口腹之欲，我怎么能够心安呢？而且，我们在宰杀的时候，用刀割开身体，又用水煮油煎，可以想象这是怎样痛彻骨髓的痛苦。而我们自己呢，吃完这些肉食，哪怕山珍海味，吃过也就算了。蔬菜豆腐米饭，尽可充饥，何必残害

别的生命，又折损自己的福德？又要想到，所有生灵都靠血气维持生命，或多或少包含着灵性，既有灵性，其实和我们就是一体的。即使这些生灵不能修成美好的品德，使它们懂得尊重，并与我们亲近，也不应该杀害它们，让它们心怀怨恨。一想到这些，就会对肉食感到伤心，难以下咽。

再比如，以前好发脾气，就要好好想想：别人固然做得不好，但别人做得不好，恰恰应该同情。如果违背情理相互争斗，对自己又有什么好处呢？实在没有什么是值得我们发脾气的。又要想到天下没有自封的豪杰，也没有专门和人过不去的学问。做得不够好，或是因为自己的德行、能力不够，感应还没有到来。我们需要的是自我反省，即使别人毁谤我们，也把它当作是自我的磨炼和考验，欣然接受，有什么好愤怒的呢？

听到别人说自己的坏话，并不发怒，即使是关于自己的谣言、毁谤满天飞，也只觉得是火在空中燃烧，再大的火也一定会熄灭。听到别人毁谤自己，就大发脾气，费了很大的劲很多的心思去辩解、去澄清，其实是春蚕吐丝，作茧自缚，自寻烦恼。愤怒是自己和自己过不去，不仅无益，而且有害。至于其他的种种过错，也都应该好好想一想道理在哪里。道理想明白了，自然就会去改正，而且是彻底改正。

什么叫从心性层面或说是从心灵深处去改？不管什么过错，其实都是由心而来。如果我的心不起妄念，怎么会犯错误呢？我们不必对好色、好名、好货、好怒等种种不当行为一个一个去分析，去寻求戒除每一个行为的方法，而是一心培植良善的心念，一心去做善良的事情，每时每刻显现的都是正念，那么，邪恶的、不当的念头就不会来找你。好像太阳高高挂在天上，那些鬼鬼祟祟的东西就全部消失了。这是专注于正念的精要。过失都来自于内心，因而要从心灵上下功夫，如同斩断毒树，应直接砍掉它的根，而非剪掉它的枝条和叶子，因为那样并不解决问题。

一般而言，最好的方法是从心灵上彻底根治，一旦心念上清净了，你的每一个当下也就清净了。不好的念头，在还没有冒出来的片刻，你就能觉知到，而一旦觉知到，就不会再冒出来了。如果做不到从心灵深处彻底解决，也要想清楚道理之后再去改正错误。如果连想清楚道理都做不到，就应该针对具体的事情加以改正。既着眼于根治心灵，又兼顾具体事务的

话，也不算失策。但若眼里只有具体的事务而忽略了心神的修炼，那就很愚昧了。

发愿改正自己的过失，在明处，须有朋友不断督促提醒；在暗处，须有鬼神监督察看。要一心忏悔，昼夜不停，经过一周、两周，乃至一个月、两个月、三个月，一定会有效果。

什么效果呢？有的人会觉得心旷神怡，有的人会觉得突然想明白了人生的根本，有的人会突然在忙乱的事务里不再忙乱，而能从容不迫，有的人遇到仇人时也能以欢喜心对待，有的人梦见古代的圣贤都在帮助、接引自己，有的人梦见自己翱翔于浩瀚的宇宙，有的人会梦见自己到了西方净土，这种种殊胜的事情，都是因为改正了自己的过错而产生的。但是，千万不要因此而沾沾自喜、洋洋自得，而要坚持不懈地不断精进。

春秋时候卫国的蘧伯玉，二十岁时就已经明白自己以前所犯的各种过错，并加以彻底改正。到二十一岁，又觉得以前改的还是不彻底，又加以改正。到二十二岁，回望二十一岁，觉得是在梦里。就这样年复一年，不断改正。到了五十岁，还能知道过去四十九年中做过的种种不是。古人对于改过，就是如此的坚持。

孩子，我们都是平常之人，日常言行里大大小小的过错多到不可计数。但是，我们回顾自己的往事，常常不觉得自己做错过什么，实在是因为我们的心思太粗陋、目光太短浅。事实上，那些罪业深重的人，在平时生活里也有反映：有的会心神闭塞、头昏健忘，有的会无缘无故就心烦意乱，有的见到品德高尚的人就会消沉沮丧，有的听到正确的言论就会闷闷不乐，有的帮助了别人却招来怨恨，有的甚至会口出狂言、失去理智。这些都是作孽之相。一旦出现这类状况，就必须奋发图强，痛改前非，千万不要耽误了自己的前程。

积善之方

《易经》说，积累善行的家庭，一定有很多吉祥如意的事不断延续下去。

从前，颜氏打算把女儿嫁给孔子的父亲叔梁纥，就是了解到叔梁纥祖祖辈辈，做过不少善行，推知他们家的子孙一定会出现成就非凡的人。

孔子也曾称赞大舜的孝心，说宗庙将会被他享受，子孙将会保住他的福德，可谓精辟之论。下面我不妨用很多事实来证明这种说法。

杨荣，建宁人，做官做到少师。他的家族世世代代以摆渡为生。有一年，连日暴雨，河水暴涨，冲毁沿河两岸的很多民居，淹死的人顺流漂下。很多船只只顾打捞财物，只有杨荣的曾祖父和祖父一心救人，而对河里漂流的财物一无所取。村里人都笑他们太笨了。后来，杨荣父亲出生，他们的家道才渐渐富裕起来。有一位神人化身为道士，对杨荣父亲说："你祖父和父亲有阴功，子孙应该显赫尊贵，适合葬在某某地方。"后来，曾祖和祖父相继过世，杨荣父亲就按照道士的指点，把他们都埋在了今天的白兔坟。杨荣二十岁就考取了进士，做官一直做到位列三公。他的曾祖父、祖父，也都得以追封官爵。杨荣之后，他们家的子孙还是人丁兴旺，今天还有许多贤能之士。

鄞县人杨自惩，起初为一名县吏，心地仁厚，恪守法规，为人公正。那时候，县令非常严厉，有一次鞭挞一位囚犯，打得鲜血直流，还是怒气难消。杨自惩看了于心不忍，就跪在地上劝解县令。县令说："这个人触犯法律，违背天理，不由得我不生气。"杨自惩叩首说："掌握权力的人失

去了正道，老百姓就会离心离德。如果了解了他们的情况，那么，就应该哀悯他们，而不是居功自喜。欣喜尚且不可，更何况发怒呢？”［杨自惩这番话，其实不是他自己说的，而是《论语》里曾子说的。曾子的意思是，没有人愿意铤而走险去做犯法的事情，掌握权力的人面对老百姓的犯错，要有悲悯心，更要反思自己的管理是不是出现了问题。］　县令听了杨自惩这么一说，情绪马上就缓和下来了。

杨自惩家里很穷，但从不接受别人的馈赠。遇到囚犯缺粮，还会想方设法救济他们。有一次，好几个新来的囚犯没有饭吃，而杨自惩家里的粮食只够自己家人糊口。如果把粮食给了囚犯，那自己家人要忍饥挨饿；如果不管囚犯死活，又于心不忍。于是就和妻子商量。妻子问：“囚犯是从哪里来的？”杨自惩说：“是从杭州来的。沿路一直挨饿，脸色都很难看。”妻子于是决定拿出自己家的米，熬成粥，分给囚犯吃。

杨自惩生了两个儿子，长子叫守陈，次子叫守址，分别担任南北吏部侍郎。长孙官至刑部侍郎，次孙官至四川廉宪，都是一时的名臣。现在的楚亭、德政，也是他的后代。

正统年间，邓茂七在福建造反，很多老百姓追随他。朝廷派了鄞县的都御史张楷南下讨伐，用计谋抓了邓茂七。后来，朝廷又派布政使谢都事搜捕剿杀东边的叛军。谢都事找到反叛军的名册，凡是不属于叛军的，暗中发给他们一面小白旗，约定官兵到时，将白旗插在自家门口。这样，官兵完全没有错杀一名无辜群众，保全了一万多人的性命。后来，谢都事的儿子谢迁中了状元，官至宰相，孙子谢丕也中了探花。

福建莆田林家，祖先里有一位老妇人，心地十分善良，经常做粉团施舍给有需要的人，有求必给，毫无倦色。有一位仙人化作道士，每天向她索要粉团六七个。老妇人每天都给他，三年如一日，仙人知道这是真心的善良，因此对她说：“我吃了你三年的粉团，怎么报答你呢？你们家后面有一块地，可以用来做自己的坟地，你的子孙做官的人数，会有一升芝麻那么多。”她儿子在母亲过世后，依着指定的地点安葬其母。第一代后人

中，就有九人登科，接连几代都是显贵，以致福建有“无林不开榜”的民谣。

冯琢庵太史的父亲，年轻时在县学里做秀才。大冬天里一早起来去学校，遇到一个人躺在雪地里，俯身一摸，已经冻僵了。于是，他脱下自己的绵袭给这个人穿上，并且扶着他回到家里好好救护。夜里，梦见神人对他说：“你救人一命，出于诚心，我让北宋时代文武双全的韩琦投胎做你的儿子。”不久，生下琢庵，就取名“琦”。

浙江台州有一位应尚书，壮年时在山中读书。山里人烟稀少，深夜会有鬼怪叫啸，听起来非常可怕。但应尚书一点也不害怕。有一晚，听到有一个鬼在说：“某某女子因为丈夫外出太久未归，公婆逼她改嫁，但她死活不愿意，又不能违逆公婆的意志，已暗下决心明晚在这里上吊自杀。”应尚书听了，第二天就回去悄悄变卖了田产，得到四两银子，又伪造女子丈夫的家书，一起送到了那个女子的家里。那家人的父母接到书信，觉得笔迹不太像自己儿子的，有点怀疑，但看到还有银子，觉得不可能有假，终于确定儿子在外一切都好，于是也就不再逼迫儿媳改嫁。不久，儿子回来，夫妻团圆，又像当初那样相亲相爱。

应尚书又听到鬼说：“我本来找到了替身，不想被这个秀才坏了好事。”另一个鬼说：“为什么不降祸给他？”那个鬼说：“上天因为这个人心地很好，给他记录了阴德，让他命里可以做到尚书。我又怎么能够害得了他？”

应尚书从此更加努力勤勉，每日行善，品德日增。遇到饥荒之年，就捐粮赈灾；遇到亲戚有急难，则想方设法提供帮助，排忧解难；遇到有人强暴无礼，则深刻反省自己有什么做得不对的地方，坦然接受。至今，他的子孙里科举及第的比比皆是。

常熟徐，字凤竹栻，他的父亲是富豪。有一次遇到荒年，率先减免田租，为同县的富人做了榜样，同时又把粮食分发给穷困的人。夜间，听到

有鬼在门外唱道："千不诓，万不诓，徐家秀才，做到了举人郎。"一遍一遍地呼喊，整夜不间断。当年，徐凤竹果然考上了秀才。他的父亲因此更加努力积善行德，勤奋不懈，没有一点点的倦怠。修桥铺路，供养僧人，凡是有益于别人的、有益于社会的，他都尽力去做。后来，又有鬼在唱："千不诓，万不诓，徐家举人，直做到都堂。"徐凤竹最终官至两浙巡抚。

嘉兴的屠勋，谥号康僖。当初为刑部的主事，经常睡在监狱里，细心地了解每一个囚犯的情况，知道了一些人是蒙冤入狱。但他并不越级，而是私下告诉了负责的堂官。等到朝审的时候，堂官择要选取屠勋提供的资料，针对性地审问疑犯。大家没有不心悦诚服的。因此释放了十几个蒙冤入狱的人。京城的人并不知道是屠勋促成了这件事，屠勋自己也很低调，社会上都称赞刑部尚书的贤明。

屠勋向尚书禀告："在京城的监狱，尚且有这么多蒙冤的人，全国其他地方天高皇帝远，蒙冤的人可能更多。朝廷应该每五年派遣一位减刑官，到各个地方检查有没有冤情，为受到冤枉的人平反。"尚书觉得这个建议很好，就进一步向皇帝上奏，获得了允许。屠勋也被列为减刑官之一。

有一天，屠勋梦见一个神仙对他说："你命里本来没有儿子，但你提出的减刑建议，深合上天爱人的心意，所以，上天会给你三个儿子，而且他们都会得到高官厚禄。"当天晚上，他的夫人就有了身孕，陆续生了应埙、应坤、应埈三个儿子，都官至显位。

嘉兴的包凭，字信之。他的父亲是池阳太守，生了七个儿子，包凭是最小的一个，到了平湖袁家做女婿。包凭和我父亲素有交情，据我父亲说，他是一个学问广博、才华出众的人，但每次考试好像运气都不好，都不能考中。于是，他就开始留心佛家和道家的学说。

有一天，包凭到东边游玩，到了泖湖一带，偶然进了一个村里的寺庙，看到观音菩萨的塑像在露天中被风吹雨淋，立即从袋子里拿出十两银

子，交给住持，让他把塑像和整个庙宇都维修一下。住持告诉他，维修庙宇的工程十两银子是不够的。于是，包凭把随身带的四匹松布，还有七件衣服，拿出来交给了住持。其中有一件夹衣是新做的，他的仆人请他不要再送了，包凭却说："只要观世音菩萨的塑像安然无恙，我就算光着身子也没有什么。"

住持感动得落泪说："布施银子、衣服、布匹，不算什么太难的事，但这一片真诚的心，实在是太难得了。"后来，寺庙修好了，包凭拉着我父亲一起去那里游览，晚上住在寺庙里。包凭梦见伽蓝神来道谢说："你的孩子可以世世代代享受官禄了。"果然，过了很多年，他的儿子包汴、孙子包柽芳都中了进士，做了大官。

嘉善支立的父亲，是刑部的官吏，发现有个囚犯其实是蒙冤入狱，就有意要为他平反。那个囚犯知道后，就告诉他的妻子："支公的好意，我没有什么可以报答，不如明天你请他到乡下，委身于他吧。如果他接受并记念这份情谊，那我就有活命的希望了。"他的妻子哭着答应了。等到支公到家里，她就出来请支公喝酒，并把丈夫的意思告诉了支公。支公立即拒绝，但还是尽力帮助他平反了。

囚犯出狱后，夫妻两人到支公家磕头致谢："像您这样大德的人，世间少有，您没有儿子，而我们有一个女儿，愿意送给您作为侍奉左右的妾。这在情理和礼仪上是行得通的。"支公就准备了聘礼，把他们的女儿收纳为妾。后来，这个妾为支公生了儿子支立，刚到二十岁就中了举人，名列第一，职位一直做到翰林院的孔目。支立的儿子支高，支高的儿子支禄，都被保荐为学博。支禄的儿子支大纶考中了进士。

以上说的十个故事，故事主角做的事各不相同，但都归于善良。如果再细细推论，那么做善事，有真的，也有假的；有直的，也有曲的；有阴的，也有阳的；有对的，也有错的；有偏的，也有正的；有浮夸的，也有充实的；有大的，也有小的；有难的，也有容易的；都应当仔细辨别。做善事而不去推究做善事的道理，自己以为自己在做好事，很可能反而是在

造孽，枉费了一番苦心，却没有任何益处。

什么是真的？什么是假的？从前有几个读书人，拜见中峰和尚，问道：“佛家讲究善恶报应，如同影子跟随身体。但是，现今某某做了不少善事，他的子孙却并不兴旺；某某做了不少恶事，却家族鼎盛。佛讲的好像没有什么道理。”

中峰和尚回答：“一般人限于成见或偏见，还没有打开正知、正见的眼睛，往往会把善的当作了恶的，而把恶的当作了善的。不去怪自己善恶不分，反而怪上天的报应不准确。”

大家听得有点云里雾里，问：“怎么会把善恶弄反呢？”

中峰和尚就让大家举几个他们认为善或恶的例子。

一人说：“骂人打人是恶，对人有敬爱有礼就是善。”

中峰和尚说：“其实未必。”

又有一人说：“贪财、非法占有是恶，廉洁、坚持操守是善。”

中峰和尚说：“其实也未必。”

其他人又举了很多例子，但中峰和尚都说未必。大家就让他解释为什么，中峰和尚说：“有利于别人的，就是善；仅利于自己的，就是恶。如果你是利于别人，那么，骂人打人也是善。如果只是为了自己的私利，那么，礼敬别人，也未必是善。”所以，我们做善事，能利于别人的就是出于公心，出于公心就是真诚。如果只想得到自己的利益，就是私，出于私心就会伪善。发自内心的行善，就是真善，而模仿别人，做形式上的表演，就是伪善。为善而不求任何回报，就是真善，为了某种目的而行善，就是伪善。这些情况，都应当自己细细考量。

什么叫做端、曲呢？现在我们看到这个人很老实很谨慎，就认为他是

善的而肯定他，但从前的圣人宁愿欣赏有个性又有原则的人。那些活得很小心谨慎的所谓好人，虽然大家都喜欢他，但由于是没有原则的老好人，圣人反而认为他会败坏道德。圣人眼里的好人和一般人认为的好人完全不同。以此类推，世间对于善恶的种种判断，没有一件是没有差错的。天地鬼神庇佑善人、报应恶人，都与圣人的看法相同，而和一般世俗人的见解全然不一样。

因此，凡是要行善积德，绝不可以只依赖自己的眼睛所见、耳朵所听作为判断的依据，而应从内心最隐秘、细微的地方，默默地省察自己的起心动念，并加以洗涤、净化。纯然的救世之心，那就是“端”；如果有一丝一毫的媚俗之心，那就是“曲”。纯然是爱人的心，那就是“端”；如果有一丝一毫的嫉愤之心，那就是“曲”。纯然是尊敬他人的心，那就是“端”；如果有一丝一毫的玩世之心，那就是“曲”。像这些细微的区别，都应当仔细分辨。

什么叫阴、阳呢？凡是做了好事让别人知道，就是阳善；做了好事而别人并不知道，就是阴德。积阴德，会得到上天的回报；积阳善，会享受世间的名声。名利，不过是一种福报。

但是，名声也是造物所忌讳的。世间那些名不副实的人，多有意想不到的灾祸。有些人没有过错却莫名其妙地背负恶名，他的子孙往往飞黄腾达。阴阳之间的平衡，实在太微妙了。

什么叫是、非？鲁国的法律规定，凡是本国人能从别国诸侯那里把俘虏过去做臣妾的女子赎回来，都可以得到官府的奖励。孔子的学生子贡有一次赎了人回来，却不接受官府的奖赏。这个事听起来好像很高尚。但是，孔子听说以后，很不高兴，说：“子贡做得不对啊。圣贤做什么事，都是为了改变不良的风俗而对老百姓产生教化的作用，并不只是为了满足自己的心理而去做事。现在鲁国富人少而穷人多，如果领了赏金就被指责为不够清廉，那谁还愿意去赎人呢？我很担心以后不再有人愿意向诸侯赎人了。”

后来，子路救了一个溺水的人，那人作为答谢，送了一头牛给子路。子路接受了。孔子高兴地说："从此以后，鲁国就会有更多的人愿意去救掉到水里的人了。"

世俗的看法，肯定认为子贡不要赏金的行为很高尚，而子路救了人接受酬谢有点庸俗。而孔子的看法却和世俗相反。我们讨论行善，不应该只是看行为本身，还要看这个善行是否会有弊端。不应该只看当前，还要看到长远。不只要看个人的得失，还要看对天下大众的影响。当时的行为虽好，但他的流弊足以害人，那么，虽然看起来是做好事，其实却在做坏事。当时的行为也许不是那么好，而它的影响却会为别人带来好处，那么虽然当时看起来不像是善行但其实已经是了。这里只是讨论了一种情况。其他好像不义的义举，好像不合乎礼而实际合乎礼的礼，好像不讲信用而实际却合乎信用的信，好像不够慈爱而实际却是大爱的慈爱，都应当细加辨别。

什么是偏、正呢？从前，吕文懿辞掉宰相的职位，要回自己的家乡。当时他的声望犹如泰山北斗，受到大家的敬仰。不想他刚回到老家，就有一个喝醉了的同乡，在吕家门口破口大骂。吕文懿并不生气，交代自己的仆人说："不要和喝醉了的人计较。"关上了家门不再理会。第二年，这个人犯了死罪，被送进了大牢。吕文懿后悔地说："如果当时我稍稍计较一下，把他送到官府追究一下他的责任，小小的惩罚，会让他戒掉大的过错。我当时只想自己心存厚道，没想到反而纵容了他的恶习，到了今天这个地步。"这就是好心做了坏事。

又有坏心却做了好事。比如某某富豪，有一年闹饥荒，穷人大白天就在街上抢夺粮食。富豪告状到县衙，县衙不予理会，穷人更加肆无忌惮。这个富豪私下找人，把抢粮食的人抓起来羞辱、责罚，终于平息了抢粮风潮。如果没有这个富豪的行动，就会酿成很大的社会动乱。所以，善事是正，恶事是偏，这个道理大家都懂。但那些好心办了坏事的人，是正中偏；那些坏心却办了好事的人，是偏中正。这是我们不可不知的。

什么叫做半、满？《周易》说，善没有积累，就不可能成就你的名声；恶没有积累到一定程度，也不会造成杀身之祸。《尚书》说，商纣王的罪恶，就像穿钱一般，已穿满了一根绳子。这就好比把东西装进容器一样，勤加积累，自然就会满；怠惰而不去积累，自然就不满。这也是一种说法。

从前有一户人家的女子，想要布施却没有什么钱，拿出了自己仅有的两文钱，捐给了寺庙，庙里的主持亲自为她做了忏悔。后来，这个女子进了皇宫变得富贵，拿着几千两的银子捐给庙里，主持却让他的徒弟代为回向。那个女子就问主持："从前我只捐两文，师父您亲自为我忏悔，现在我捐了几千两，师父却不为我做回向。这是为什么呢？"主持回答："从前你虽然只捐了两文，但布施的心十分真切，非得老僧亲自为你忏悔，才能报答你的功德。现在你捐的财物虽然巨大，但布施的心却不如上次那么恳切了，所以我让徒弟代为忏悔就足够了。"这样看来，几千金，只是一半的善；而两文，却是完满的善。积善的功德大小，并不在于金钱数额的大小。

钟离权传授炼丹术给吕洞宾，其中有一个绝技是"点铁成金"，可以用来帮助别人。但是，吕洞宾想得很深远，他问钟离权："点铁成金后，会不会过了一段时间，又变回了铁？"钟离权回答："五百年后，又会变回铁。"吕洞宾立即说："如果是这样的，就是害了五百年后的人，我不能去做这样的事情。"钟离权赞许说："修仙要积累三千件功德，你这一句话，已经抵了三千件功德。"这又是一种说法。

另外，做善事但心里一点也不想着自己是在做善事，那么，不论做什么善事，都会得到圆满的结果。如果心里总觉得自己在做好事，那么，即使你做得非常勤勉，也只是一半的善。譬如，我们拿财物帮助别人，如果我们能够做到向内看不到我们自己，向外看不到所帮助的人，向中间看不到所布施的财物，那么，就是做到了"三轮体空"，也做到了"一心清净"。如此的话，一斗米就可以种下无限的福泽，一文钱就可以消弭一千劫所造的罪孽。如果我们做了善事，但心里总是放不下，总是想着要得到报答，那么，哪怕施舍了万两黄金，还是不能得到圆满的福报。这又是一种说法。

什么是大、小呢？从前卫仲达在翰林院任职，有一次，不知怎么回事，总之是他的魂魄出了窍，到了阴曹地府。那里的判官对他进行审判。怎么审判呢？根据记录簿审判。［原来，主管阴曹地府的阎王，让他的手下——大大小小的鬼——记录了每个人在世间的善恶行为。每个人都有一本善行的册子和一本恶行的册子。当卫仲达的魂魄一进地府，鬼吏就拿出了两本册子，他一生的善恶，都明明白白写在那里。］　关于卫仲达恶行的记录簿，堆满了庭院，数不胜数；而关于卫仲达善行的记录簿，只有一小卷轴，筷子般大小。但有意思的是，当拿秤去称的时候，恶行簿却比善行簿更轻。

卫仲达很疑惑，问阎王："我还不到四十岁，怎么会有那么多的过失、罪恶呢？"

阎王回答："只要一起念，如果是不正当的念头，就已经犯下了罪过。不一定要真正付诸行动才是过错。一念之差，也是过错。"

卫仲达又问记录簿里记了些什么？阎王回答："朝廷曾经想大兴土木，修建三山石桥，你上疏劝阻这件事，以免劳民伤财，你的奏疏草稿就在簿子里。"

卫仲达说："虽然我说了，但朝廷并没有采纳我的意见，于事无补，想不到还有这样大的功德。"

阎王说："朝廷虽然没有听从你的建议，但你的这个念头是为千千万万的老百姓着想；如果朝廷听从了你的建议，那么，功德就更加大了。"

什么是难、易呢？儒家先圣强调自我克制要从难以克制处下手。孔子论述如何"为仁"，也说要从难处开始。必须要像江西那位舒先生，拿出两年教书挣得的钱，帮助别人偿还官府的田赋，使得一对夫妻不至于被拆散。又如邯郸的张老先生，拿出十年的积蓄，代人交还赎金，还救了别人的妻儿。这都是将难以割舍的东西施舍给别人。比如镇江的靳老先生，虽然年老无子，但还是不忍心纳幼女为妾，而将幼女送还。这些都是在难以忍耐的情况下而能够克制自己。上天必定会降给他们丰厚的福泽。凡是有财有势的人，要想行善立德都很容易，容易而不去做，那是自暴自弃。贫

贱的人要行善修福是很难的，很难而去做了，这就非常难能可贵了。

顺其自然地帮助别人，有各种各样的方法，大概而言，有十种：第一，与人为善；第二，爱敬存心；第三，成人之美；第四，劝人为善；第五，救人危急；第六，兴建大利；第七，舍财作福；第八，护持正法；第九，敬重尊长；第十，爱惜物命。

什么叫与人为善？从前舜在雷泽，看见打鱼的人都选潭深鱼多的地方，而年老体弱的人只能在水流湍急的浅滩里捕鱼。舜看到后，非常不忍心。于是，自己也去打鱼，见到有人争抢有利位置，不加任何评判，好像没有看到一样，但见到有人谦让有利位置，就大加宣扬并且自己马上效法。过了一年，大家都把潭深鱼多的地方相互谦让。当时，以舜的聪明智慧，难道不能说几句话来教导大家？但他不用言语教导，而是以身作则来转变大家的思想行为，真是用心良苦。

我们处在社会风气败坏的年代，不要以自己的长处来掩盖别人的优点，不要以自己的善行去和别人相比较，不要以自己的才能去为难别人。收敛才智，虚怀若谷，就像是一个普通人一样。见到别人的过失，应当有所包涵，为他掩盖，可以让他有改过的机会，也能够让他有所顾忌而不敢放纵。看到别人有一点点的长处值得学习，有一点点的善行值得记录，都应该放下成见，向他们学习，并要为他们赞叹且广为宣传。在平时的生活里，一言一行，都不为自己的私利起念，全是为社会树立典范，这就是君子天下为公的气度。

什么叫爱敬存心？君子和小人，从表面看，很容易混淆，唯有存心这一点，善恶相差悬殊，像黑白那样截然不同。所以说，君子之所以和一般人不一样，在于他的存心。君子所存养的心，只是敬人爱人的心。人与人之间有亲疏贵贱的分别，也有智慧和愚昧、贤能与不肖的分别，千差万别，但都是我们的同胞，都是人类这个整体，难道不应该相互敬爱吗？爱敬众人，就是爱敬圣贤，能够和众人的心相通，也就是和圣贤的心相通。

为什么呢？圣贤的志向，本来就是想要世上的人能够各自找到合适自己的生活，各得其所。我们敬爱世间的人，并且能够让他们安稳，就是代替圣贤使他们安稳。

什么叫成人之美？一块藏有玉的石头，如果扔到了垃圾里，就成了断砖烂瓦。如果把它精心雕琢，就成了贵重的玉器。所以，凡是见到人做善事，或这个人的志向有可取的地方，就应该引导和扶持，极力成就他。或者称赞鼓励，或者为他提供帮助，或者为他辩白诬陷毁谤，一定要使他有所成就。

人们一般不喜欢异类，乡里善人少而不善的人多，那么，善人就会成为异类受到排斥。所以，在世俗社会，善人常常难以立足。何况有才华的人又往往刚正不阿，不讲究世俗的礼仪等形式的东西，很容易受到指摘。做善事易失败，行善的人经常受到毁谤。只有那些德高望重的人能够改变这种风气，辅助善人行善，这样的功德十分宏大。

什么叫劝人为善？生而为人，谁没有良心？只是世路漫漫，很容易迷失。我们和别人相处，方便的时候一定要尽力提醒对方，让他从迷惑、迷雾里看清真相，好像有人在长夜里沉睡做梦，我们让他醒悟过来；又好像有人陷于烦恼的纠缠，我们给他一剂清凉剂让他跳出烦恼的泥潭。这样的恩惠最为博大。韩愈说：“一时劝人以口，百世劝人以书。”[意思是我们用言语可以劝解眼前的人，用书可以劝解后世百代的人。]　这和与人为善相比，似乎形迹露于外，但如果对症下药，也会有奇特的效果，所以，不可以废除。但这种方法在运用的时候，要注意两点：第一，失人，就是有的人我们可以和他交谈却不去和他交谈，这叫失人；第二，就是有的人我们不可以和他交谈却和他交谈，这叫失言。如果有了失人失言的情况，我们应该反省自己的智慧是不是还不够。

什么叫救人危急？不管什么人，都不可能一辈子顺风顺水，总有困顿挫折的时候。遇到了困难中的人，应当像自己也在痛苦中一样，赶快设法

帮助他。或者陪他说说话，帮他舒缓心中的压抑。或者从其他方面救济他来缓解他的困苦。崔子说得好：“恩惠不在于大小，只要救人于危急就可以了。”这真是仁人所说的话啊！

什么叫兴建大利？小到一乡之内，大到一县之内，凡是有利于大众的，都应该去兴建。或者开渠导水，或者筑堤防患，或者修建桥梁，以方便大家交通来往；或者施舍茶饭，以救济挨饿的穷人。只要有机会就劝导大家，一起协作兴修利民工程、事业，要不避嫌，不辞辛劳。

什么叫舍财作福？佛门的修行里，以布施为先。所谓布施，不过就是一个“舍”字而已。通达的人，向内，舍掉眼、耳、鼻、舌、身、意六根；向外，舍掉色、声、香、味、触、法六尘，一切的东西，没有舍不得的，都可以放下。如果一下子做不到这一层，那么，可以先从布施财物做起。活在世上，以衣食最为基本，所以大家把财物看得最为重要。如果我们大家把看得最为重要的东西看得不重要，随时可以舍出去，那么，对内我们就可以破除吝啬之心，对外我们就可以救人于危急。起初会比较勉强，最终一定会做得心安理得，从而洗涤自己的心灵，去除自己的执念。

什么叫护持正法？法，是万物生灵的眼目。没有正法，怎么去恭敬赞颂天地之大德呢？怎么使天地万物有序地化育成长呢？怎么挣脱世俗的束缚呢？怎么能够在入世与出世之间自在游走呢？所以，凡是见到供奉圣贤的庙宇，以及经书典籍，都应当敬重而加以修缮保护。至于弘扬正法，报答佛祖的恩德，尤其应当勉励。

什么叫敬重尊长？家庭的父兄、国家的君长，以及一切年事高、德行高、见识高的人，我们都应该恭敬对待。在家里侍奉父母，要和颜悦色、柔声下气，养成习惯，以成本性。这叫和气感通上天。在外侍奉君王，每做一件事，不要以为君王看不见而恣意妄为。每刑讯一个人，不要以为君王不知道而作威作福。侍奉君王就像侍奉上天一样，按照古人的说法，这

一点最能影响人的阴德。试看忠孝之家，子孙没有不连绵不断而且兴隆昌盛的。所以，一定要格外谨慎小心。

什么叫爱惜物命？人之所以为人，是因为有恻隐之心。求仁的人要追求的就是这个恻隐之心，积德的人积累的，也是这个恻隐之心。周代的礼法，早春的时候，祭祀用的牲畜不用母的。孟子说君子要远离厨房，不过是为了保全自己的恻隐之心。因此，从前的君子就有四不食之戒：第一，听到宰杀的声音不吃；第二，看见了宰杀的场面不吃；第三，自己喂养的动物不吃；第四，专门为自己杀的动物不吃。修行的人如果不能彻底断了肉食，那么，不妨从这四不吃做起。

日积月累，慈悲心就越来越增长。不应该只戒掉杀生，对于一切的存在物，都应当有所爱惜。为什么呢？因为世间我们感觉到的一切，其实都有灵性。我们抽丝的时候要煮茧，锄草耕地的时候要杀死小虫子，我们为了自己的衣食，杀死了不少无辜的生命。所以，糟蹋衣食的罪孽，实在和杀生是一样的。至于手下误伤的，脚下误踩的，不计其数，都应当尽可能地避免。古人有诗：“爱鼠常留饭，怜蛾不点灯。”这是多么仁慈的心啊。

善行无穷无尽，很难一一罗列。不过，如果真正从这十个方面去做并推而广之，那么，德行就可以完备了。

谦德之效

《周易》说，天道的规律是，盈满了，就会亏损；谦虚了，就会增益。地道的规律是改变盈满使之流向谦下。鬼神是损害盈满而福佑谦虚。人道是厌恶盈满而爱好谦虚。所以，谦卦中的六爻都是吉利的。《尚书》说："盈满必定招来亏损，谦虚必定获益。"我多次和大家一同参加考试，每次见到寒士即将发达的时候，一定显现出谦虚的光芒。

辛未那一年（1571年），举人赴京会试，我们嘉善的同学一共十人，其中丁敬宇年龄最小，却最为谦虚。我对费锦坡说："这位仁兄今年一定会考上。"费锦坡问："何以见得？"我说："你看我们十人当中，有谁像丁敬宇那样温和恭敬、诚恳忠实、不为人先？有谁像丁敬宇那样毕恭毕敬、谨小慎微？有谁像丁敬宇那样受到侮辱、诽谤也不开口辩解？一个人如果能够做到那样，就是天地鬼神也要保护他，哪有不飞黄腾达的道理？"

等到开榜，不出所料，丁敬宇果然考中进士。

丁丑年（1577年）我在北京，和冯开之住在一起，我发现他和少年时代的脾性完全不同了，变得非常谦和庄重。我们另一个朋友李霁岩是一个心直口快的人，不会顾及别人的颜面，经常指摘冯开之的过失，但冯每次都心平气和，淡然面对，从未恶言相向过。我对冯开之说："福有福的起因，祸有祸的先兆。你这样谦虚诚恳，上天一定会帮助你。老兄今年一定会考出好的成绩。"果然，不久他就考中了。

赵裕峰，字光远，山东冠县人，不满二十岁就中了举人，以后参加考

试，却再也没有进步。他的父亲担任嘉善县的主簿，他随同前往。他很仰慕嘉善的名士钱明吾先生，便带着自己的文章去请教。钱明吾看了他的文章，没有一句赞词，几乎批评得一无是处。但是，赵裕峰不但不生气，反而心悦诚服地改进自己的文章。到了第二年，他就考上进士了。这就是谦虚使人进步。

壬辰年（1592年），我进京去觐见皇帝，遇到了夏建所先生，看到他虚怀若谷，整个人散发出温和包容的光芒。我对友人说："凡是上天要使某个人发达，在还没有降福给他时，会先开启他的智慧。这种智慧一旦开启，浮躁的人会变得沉稳，放肆的人会变得内敛。夏建所这样的温良恭敬，一定是上天启迪了他。"等到开榜，果然考中了。

江阴的张畏岩，勤勉地追求学位，在读书人里有一定的声望。甲午那一年（1594年），他去南京参加乡试，寄宿在一家寺庙里。揭晓后他榜上无名，忍不住大骂考官有眼无珠。正好旁边有一个道人，笑着看张畏岩骂人。张看到道人在笑，又迁怒于他。道人说："相公的文章一定写得不好。"

张畏岩更加愤怒，说："你都没有读过我的文章，怎么知道我的文章不好？"

道人回答："我听说，写文章贵在心气平和。现在看到相公在这里高声叫骂，一定是心里积了一堆不平之气，怎么可能写出好文章呢？"张畏岩听了，不由得不服，立即向这位道人讨教。

道人说："考得中还是考不中，全在于命运，命里不该中的，就算你文章写得再好，还是没有用。你一定要自己做一个很大的转变，才能改变命运。"

张畏岩说："既然是命，又怎么能转变呢？"

道人说："造命的是天，而立命的是自己。只要尽力去做善事，广积

阴德，什么福泽求不到呢？”

张畏岩说：“我一个贫寒的读书人，哪有什么本钱去做善事？”

道人说：“善事和阴德，都是由人的内心决定的。只要常常存有善心，就功德无量。比如谦虚，并不花费你的钱，为什么不自我反省而骂考官呢？”

从此以后，张畏岩一改从前浮躁的做派，每天都行善，每天都在增加功德。丁酉年（1597年），他梦见自己到了一所高高的房子里，看到一本考试录取的名册，中间不少是空缺的，就问房子里的人，这本名册意味着什么？有人回答：“这是今年科举中第者的名册。”

张畏岩问：“为什么中间的名字是空缺的？”

那人回答：“对于那些读书人，阴间每三年考察一次，必须是积累功德、不犯过错的人，才能榜上有名。像册子里空缺的，都是原来预计能够考中的，但因为近期有不端行为而被除名了。”又往后指着一行说，“你这三年来，行事勤慎，或许应当补充到这里，希望你自重自爱。”果然，在那年的考试里，张畏岩考中举人，位列第一百零五名。

从这些事看来，抬头三尺，定有神明。趋于吉祥也罢，避开凶险也罢，全在于自己。如果能够心存善念、严于律己，对天地鬼神敬重，对别人抱着谦逊的态度，那么，鬼神也会时时眷顾我们，我们才有受到福泽的根基。那些咄咄逼人的人，肯定难成大器，即使发达了也不会享受生活的乐趣和美好。稍微有见识的人，必定不会心胸狭窄，自己把福泽挡在门外。何况，谦虚的人受教的机会也多，从而获益无穷，这实在是修行者必不可少的品质。

古语说过：“有志于功名的人，一定会得到功名；有志于富贵者，一定会得到富贵。”人一旦有了坚定的志向，犹如树木有了坚实的根基。立定志向后，就应该每一个念头都不忘谦虚，处处不忘给人方便，自然就会感动天地，这就是所谓的福报是由自己造成的。

现在有些求取科举功名的人，起初也许并没有真正的志向，只是一时的兴起。兴致来了，就去追求；兴致散了，也就作罢了。

孟子对齐王说：“大王如果真正喜欢音乐，那么，齐国也就治理得差不多了。”我认为读书人之于科举，也是一样。如果你发自内心地喜欢，有坚定不移的志向，那就一定能够获得功名。

《了凡四训》原文

立命之学

余童年丧父，老母命弃举业学医，谓可以养生，可以济人，且习一艺以成名，尔父夙心也。后余在慈云寺，遇一老者，修髯伟貌，飘飘若仙，余敬礼之。语余曰：“子仕路中人也，明年即进学，何不读书？”

余告以故，并叩老者姓氏里居。

曰：“吾姓孔，云南人也。得邵子皇极数正传，数该传汝。”

余引之归，告母。

母曰：“善待之。”

试其数，纤悉皆验。余遂起读书之念，谋之表兄沈称，言：“郁海谷先生在沈友夫家开馆，我送汝寄学甚便。”

余遂礼郁为师。

孔为余起数：县考童生，当十四名；府考第七十一名，提学考第九名。明年赴考，三处名数皆合。复为卜终身休咎，言：某年考第几名，某年当补廪，某年当贡，贡后某年当选四川一大尹，在任三年半，即宜告归。五十三岁八月十四日丑时，当终于正寝，惜无子。余备录而谨记之。

自此以后，凡遇考校，其名数先后，皆不出孔公所悬定者。独算余食廪米九十一石五斗当出贡；及食米七十余石，屠宗师即批准补贡，余窃疑之。后果为署印杨公所驳，直至丁卯年，殷秋溟宗师见余场中备卷，叹曰：“五策，即五篇奏议也，岂可使博洽淹贯之儒，老于窗下乎！”遂依县申文准贡，连前食米计之，实九十一石五斗也。

余因此益信进退有命，迟速有时，澹然无求矣。

贡入燕都，留京一年，终日静坐，不阅文字。己巳归，游南雍，未入监，先访云谷会禅师于栖霞山中，对坐一室，凡三昼夜不瞑目。

云谷问曰：“凡人所以不得作圣者，只为妄念相缠耳。汝坐三日，不见起一妄念，何也？”

余曰：“吾为孔先生算定，荣辱死生，皆有定数，即要妄想，亦无可妄想。”

云谷笑曰：“我待汝是豪杰，原来只是凡夫。”

问其故，曰：“人未能无心，终为阴阳所缚，安得无数？但惟凡人有数：极善之人，数固拘他不定；极恶之人，数亦拘他不定。汝二十年来，被他算定，不曾转动一毫，岂非是凡夫？”

余问曰：“然则数可逃乎？”

曰：“命由我作，福自己求。诗书所称，的为明训。我教典中说：‘求富贵得富贵，求男女得男女，求长寿得长寿。’夫妄语乃释迦大戒，诸佛菩萨，岂诳语欺人？”

余进曰：“孟子言：‘求则得之。’是求在我者也。道德仁义，可以力求；功名富贵，如何

求得？”

云谷曰：“孟子之言不错，汝自错解耳。汝不见六祖说：‘一切福田，不离方寸；从心而觅，感无不通。’求在我，不独得道德仁义，亦得功名富贵；内外双得，是求有益于得也。若不反躬内省，而徒向外驰求，则求之有道，而得之有命矣。内外双失，故无益。”

因问：“孔公算汝终身若何？”

余以实告。

云谷曰："汝自揣应得科第否？应生子否？"

余追省良久，曰："不应也。科第中人，类有福相，余福薄，又不能积功累行，以基厚福；兼不耐烦剧，不能容人；时或以才智盖人，直心直行，轻言妄谈。凡此皆薄福之相也，岂宜科第哉。

"地之秽者多生物，水之清者常无鱼。余好洁，宜无子者一；和气能育万物，余善怒，宜无子者二；爱为生生之本，忍为不育之根；余矜惜名节，常不能舍己救人，宜无子者三；多言耗气，宜无子者四；喜饮铄精，宜无子者五；好彻夜长坐，而不知葆元毓神，宜无子者六。其余过恶尚多，不能悉数。"

云谷曰："岂惟科第哉。世间享千金之产者，定是千金人物；享百金之产者，定是百金人物；应饿死者，定是饿死人物。天不过因材而笃，几曾加纤毫意思。

"即如生子，有百世之德者，定有百世子孙保之；有十世之德者，定有十世子孙保之；有三世二世之德者，定有三世二世子孙保之；其斩焉无后者，德至薄也。

"汝今既知非，将向来不发科第，及不生子之相，尽情改刷；务要积德，务要包荒，务要和爱，务要惜精神。从前种种，譬如昨日死；从后种种，譬如今日生，此义理再生之身。

"夫血肉之身，尚然有数；义理之身，岂不能格天？《太甲》曰：'天作孽，犹可违；自作孽，不可活。'《诗》云：'永言配命，自求多福。'孔先生算汝不登科第，不生子者，此天作之孽，犹可得而违。汝今扩充德性，力行善事，多积阴德，此自己所作之福也，安得而不受享乎？

"《易》为君子谋，趋吉避凶；若言天命有常，吉何可趋，凶何可避？开章第一义，便说：'积善之家，必有余庆。'汝信得及否？"

余信其言，拜而受教。因将往日之罪，佛前尽情发露，为疏一通，先求登科；誓行善事三千条，以报天地祖宗之德。

云谷出功过格示余，令所行之事，逐日登记；善则记数，恶则退除，且教持准提咒，以期必验。

语余曰：“符箓家有云：‘不会书符，被鬼神笑。’此有秘传，只是不动念也。执笔书符，先把万缘放下，一尘不起。从此念头不动处，下一点，谓之混沌开基。由此而一笔挥成，更无思虑，此符便灵。凡祈天立命，都要从无思无虑处感格。

“孟子论立命之学，而曰：‘夭寿不贰。’夫夭与寿，至贰者也。当其不动念时，孰为夭，孰为寿？细分之，丰歉不贰，然后可立贫富之命；穷通不贰，然后可立贵贱之命；夭寿不贰，然后可立生死之命。人生世间，惟死生为重，曰夭寿，则一切顺逆皆该之矣。

“至修身以俟之，乃积德祈天之事。曰修，则身有过恶，皆当治而去之；曰俟，则一毫觊觎，一毫将迎，皆当斩绝之矣。到此地位，直造先天之境，即此便是实学。

“汝未能无心，但能持准提咒，无记无数，不令间断，持得纯熟，于持中不持，于不持中持。到得念头不动，则灵验矣。”

余初号学海，是日改号了凡；盖悟立命之说，而不欲落凡夫窠臼也。从此而后，终日兢兢，便觉与前不同。前日只是悠悠放任，到此自有战兢惕厉景象，在暗室屋漏中，常恐得罪天地鬼神；遇人憎我毁我，自能恬然容受。

到明年，礼部考科举，孔先生算该第三，忽考第一，其言不验，而秋闱中式矣。然行义未纯，检身多误：或见善而行之不勇，或救人而心常自疑；或身勉为善，而口有过言；或醒时操持，而醉后放逸。以过折功，日常虚度。自己巳岁发愿，直至己卯岁，历十余年，而三千善行始完。

时方从李渐庵入关，未及回向。庚辰南还，始请性空、慧空诸上人，就东塔禅堂回向。遂起求子愿，亦许行三千善事。辛巳，生男天启。

余行一事，随以笔记。汝母不能书，每行一事，辄用鹅毛管，印一朱圈于历日之上。或施食贫人，或买放生命，一日有多至十余圈者。至癸未

八月，三千之数已满，复请性空辈，就家庭回向。九月十三日，复起求中进士愿，许行善事一万条。丙戌登第，授宝坻知县。

余置空格一册，名曰《治心编》。晨起坐堂，家人携付门役，置案上，所行善恶，纤悉必记。夜则设桌于庭，效赵阅道焚香告帝。

汝母见所行不多，辄颦蹙曰："我前在家，相助为善，故三千之数得完；今许一万，衙中无事可行，何时得圆满乎？"

夜间偶梦见一神人，余言善事难完之故。神曰："只减粮一节，万行俱完矣。"盖宝坻之田，每亩二分三厘七毫。余为区处，减至一分四厘六毫，委有此事，心颇惊疑。适幻余禅师自五台来，余以梦告之，且问此事宜信否？

师曰："善心真切，即一行可当万善，况合县减粮，万民受福乎？"

吾即捐俸银，请其就五台山斋僧一万而回向之。

孔公算予五十三岁有厄，余未尝祈寿，是岁竟无恙，今六十九矣。

《书》曰："天难谌，命靡常。"又云："惟命不于常。"皆非诳语。吾于是而知，凡称祸福自己求之者，乃圣贤之言。若谓祸福惟天所命，则世俗之论矣。

汝之命，未知若何。即命当荣显，常作落寞想；即时当顺利，常作拂逆想；即眼前足食，常作贫窭想；即人相爱敬，常作恐惧想；即家世望重，常作卑下想；即学问颇优，常作浅陋想。

远思扬祖宗之德，近思盖父母之愆；上思报国之恩，下思造家之福；外思济人之急，内思闲己之邪。

务要日日知非，日日改过；一日不知非，即一日安于自是；一日无过可改，即一日无步可进；天下聪明俊秀不少，所以德不加修，业不加广者，只为"因循"二字，耽阁一生。

云谷禅师所授立命之说，乃至精至邃，至真至正之理，其熟玩而勉行

之，毋自旷也。

改过之法

春秋诸大夫，见人言动，亿而谈其祸福，靡不验者，《左》《国》诸记可观也。大都吉凶之兆，萌乎心而动乎四体，其过于厚者常获福，过于薄者常近祸，俗眼多翳，谓有未定而不可测者。至诚合天，福之将至，观其善而必先知之矣；祸之将至，观其不善而必先知之矣。今欲获福而远祸，未论行善，先须改过。

但改过者，第一，要发耻心。思古之圣贤，与我同为丈夫，彼何以百世可师？我何以一身瓦裂？耽染尘情，私行不义，谓人不知，傲然无愧，将日沦于禽兽而不自知矣；世之可羞可耻者，莫大乎此。孟子曰："耻之于人大矣。"以其得之则圣贤，失之则禽兽耳。此改过之要机也。

第二，要发畏心。天地在上，鬼神难欺，吾虽过在隐微，而天地鬼神，实鉴临之，重则降之百殃，轻则损其现福，吾何可以不惧？不惟是也。闲居之地，指视昭然；吾虽掩之甚密，文之甚巧，而肺肝早露，终难自欺；被人觑破，不值一文矣，乌得不懔懔？不惟是也。一息尚存，弥天之恶，犹可悔改；古人有一生作恶，临死悔悟，发一善念，遂得善终者。谓一念猛厉，足以涤百年之恶也。譬如千年幽谷，一灯才照，则千年之暗俱除；故过不论久近，惟以改为贵。但尘世无常，肉身易殒，一息不属，欲改无由矣。明则千百年担负恶名，虽孝子慈孙，不能洗涤；幽则千百劫沉沦狱报，虽圣贤佛菩萨，不能援引。乌得不畏？

第三，须发勇心。人不改过，多是因循退缩；吾须奋然振作，不用迟疑，不烦等待。小者如芒刺在肉，速与抉剔；大者如毒蛇啮指，速与斩除，无丝毫疑滞，此风雷之所以为益也。

具是三心，则有过斯改，如春冰遇日，何患不消乎？然人之过，有从

事上改者，有从理上改者，有从心上改者；工夫不同，效验亦异。

如前日杀生，今戒不杀；前日怒詈，今戒不怒；此就其事而改之者也。强制于外，其难百倍，且病根终在，东灭西生，非究竟廓然之道也。

善改过者，未禁其事，先明其理；如过在杀生，即思曰：上帝好生，物皆恋命，杀彼养己，岂能自安？且彼之杀也，既受屠割，复入鼎镬，种种痛苦，彻入骨髓；己之养也，珍膏罗列，食过即空，疏食菜羹，尽可充腹，何必戕彼之生，损己之福哉？又思血气之属，皆含灵知，既有灵知，皆我一体；纵不能躬修至德，使之尊我亲我，岂可日戕物命，使之仇我憾我于无穷也？一思及此，将有对食伤心，不能下咽者矣。

如前日好怒，必思曰：人有不及，情所宜矜；悖理相干，于我何与？本无可怒者。又思天下无自是之豪杰，亦无尤人之学问；行有不得，皆己之德未修，感未至也。吾悉以自反，则谤毁之来，皆磨炼玉成之地，我将欢然受赐，何怒之有？

又闻谤而不怒，虽谗焰熏天，如举火焚空，终将自息；闻谤而怒，虽巧心力辩，如春蚕作茧，自取缠绵；怒不惟无益，且有害也。其余种种过恶，皆当据理思之。

此理既明，过将自止。

何谓从心而改？过有千端，惟心所造；吾心不动，过安从生？学者于好色、好名、好货、好怒，种种诸过，不必逐类寻求；但当一心为善，正念现前，邪念自然污染不上。如太阳当空，魍魉潜消，此精一之真传也。过由心造，亦由心改，如斩毒树，直断其根，奚必枝枝而伐，叶叶而摘哉？

大抵最上治心，当下清净；才动即觉，觉之即无。苟未能然，须明理以遣之；又未能然，须随事以禁之。以上事而兼行下功，未为失策。执下而昧上，则拙矣。

顾发愿改过，明须良朋提醒，幽须鬼神证明；一心忏悔，昼夜不懈，经一七、二七，以至一月、二月、三月，必有效验。

或觉心神恬旷；或觉智慧顿开；或处冗沓而触念皆通；或遇怨仇而回嗔作喜；或梦吐黑物；或梦往圣先贤，提携接引；或梦飞步太虚；或梦幢幡宝盖，种种胜事，皆过消罪灭之象也。然不得执此自高，画而不进。

昔蘧伯玉当二十岁时，已觉前日之非而尽改之矣。至二十一岁，乃知前之所改，未尽也；及二十二岁，回视二十一岁，犹在梦中。岁复一岁，递递改之。行年五十，而犹知四十九年之非，古人改过之学如此。

吾辈身为凡流，过恶猬集，而回思往事，常若不见其有过者，心粗而眼翳也。然人之过恶深重者，亦有效验：或心神昏塞，转头即忘；或无事而常烦恼；或见君子而赧然消沮；或闻正论而不乐；或施惠而人反怨；或夜梦颠倒，甚则妄言失志；皆作孽之相也。苟一类此，即须奋发，舍旧图新，幸勿自误。

积善之方

《易》曰：“积善之家，必有余庆。”昔颜氏将以女妻叔梁纥，而历叙其祖宗积德之长，逆知其子孙必有兴者。孔子称舜之大孝，曰：“宗庙飨之，子孙保之。”皆至论也。试以往事征之。

杨少师荣，建宁人，世以济渡为生。久雨溪涨，横流冲毁民居，溺死者顺流而下，他舟皆捞取货物，独少师曾祖及祖惟救人，而货物一无所取，乡人嗤其愚。逮少师父生，家渐裕，有神人化为道者，语之曰：“汝祖父有阴功，子孙当贵显，宜葬某地。”遂依其所指而窆之，即今白兔坟也。后生少师，弱冠登第，位至三公，加曾祖、祖父如其官。子孙贵盛，至今尚多贤者。

鄞人杨自惩，初为县吏，存心仁厚，守法公平。时县宰严肃，偶挞一囚，血流满前，而怒犹未息，杨跪而宽解之。宰曰：“怎奈此人越法悖理，不由人不怒。”

自惩叩首曰：“上失其道，民散久矣！如得其情，哀矜勿喜；喜且不可，而况怒乎？”宰为之

霁颜。

家甚贫，馈遗一无所取，遇囚人乏粮，常多方以济之。一日，有新囚数人待哺，家又缺米，给囚，则家人无食；自顾，则囚人堪悯。与其妇商之。

妇曰：“囚从何来？”

曰：“自杭而来。沿路忍饥，菜色可掬。”

因撤己之米，煮粥以食囚。后生二子，长曰守陈，次曰守址，为南北吏部侍郎；长孙为刑部侍郎；次孙为四川廉宪，又俱为名臣；今楚亭、德政，亦其裔也。

昔正统间，邓茂七倡乱于福建，士民从贼者甚众。朝廷起鄞县张都宪楷南征，以计擒贼，后委布政司谢都事，搜杀东路贼党。谢求贼中党附册籍，凡不附贼者，密授以白布小旗，约兵至日，插旗门首，戒军兵无妄杀，全活万人；后谢之子迁，中状元，为宰辅；孙丕，复中探花。

莆田林氏，先世有老母好善，常作粉团施人，求取即与之，无倦色。一仙化为道人，每旦索食六七团。母日日与之，终三年如一日，乃知其诚也。因谓之曰："吾食汝三年粉团，何以报汝？府后有一地，葬之，子孙官爵，有一升麻子之数。"

其子依所点葬之，初世即有九人登第，累代簪缨甚盛，福建有"无林不开榜"之谣。

冯琢庵太史之父，为邑庠生。隆冬早起赴学，路遇一人，倒卧雪中，扪之，半僵矣。遂解己绵裘衣之，且扶归救苏。梦神告之曰："汝救人一命，出至诚心，吾遣韩琦为汝子。"及生琢庵，遂名琦。

台州应尚书，壮年习业于山中。夜鬼啸集，往往惊人，公不惧也。一夕闻鬼云："某妇以夫久客不归，翁姑逼其嫁人。明夜当缢死于此，吾得代矣。"公潜卖田，得银四两。即伪作其夫之书，寄银还家。其父母见书，以手迹不类，疑之。

既而曰："书可假，银不可假，想儿无恙。"妇遂不嫁。其子后归，夫妇相保如初。

公又闻鬼语曰："我当得代，奈此秀才坏吾事。"

旁一鬼曰："尔何不祸之？"

曰："上帝以此人心好，命作阴德尚书矣，吾何得而祸之？"

应公因此益自努励，善日加修，德日加厚。遇岁饥，辄捐谷以赈之；遇亲戚有急，辄委曲维持；遇有横逆，辄反躬自责，怡然顺受。子孙登科第者，今累累也。

常熟徐凤竹栻，其父素富。偶遇年荒，先捐租以为同邑之倡，又分谷以赈贫乏，夜闻鬼唱于门曰："千不诓，万不诓，徐家秀才做到了举人郎。"相续而呼，连夜不断。是岁，凤竹果举于乡。其父因而益积德，孳孳不怠，修桥修路，斋僧接众，凡有利益，无不尽心。后又闻鬼唱于门曰："千不诓，万不诓，徐家举人，直做到都堂。"凤竹官终两浙巡抚。

嘉兴屠康僖公，初为刑部主事。宿狱中，细询诸囚情状，得无辜者若干人。公不自以为功，密疏其事，以白堂官。后朝审，堂官摘其语，以讯诸囚，无不服者，释冤抑十余人。一时辇下咸颂尚书之明。

公复禀曰："辇毂之下，尚多冤民，四海之广，兆民之众，岂无枉者？宜五年差一减刑官，核实而平反之。"

尚书为奏，允其议。时公亦差减刑之列，梦一神告之曰："汝命无子，今减刑之议，深合天心，上帝赐汝三子，皆衣紫腰金。"是夕，夫人有娠，后生应埙、应坤、应埈，皆显官。

嘉兴包凭，字信之。其父为池阳太守，生七子，凭最少，赘平湖袁氏，与吾父往来甚厚，博学高才，累举不第，留心二氏之学。一日东游泖湖，偶至一村寺中，见观音像，淋漓露立，即解橐中得十金，授主僧，令修屋宇，僧告以功大银少，不能竣事。复取松布四匹，检箧中衣七件与之，内纻褶，系新置，其仆请已之。

凭曰："但得圣像无恙，吾虽裸裎何伤？"

僧垂泪曰："舍银及衣布，犹非难事。只此一点心，如何易得！"

后功完，拉老父同游，宿寺中。公梦伽蓝来谢曰："汝孙当享世禄矣。"后子汴、孙柽芳，皆登第，作显官。

嘉善支立之父，为刑房吏，有囚无辜陷重辟，意哀之，欲求其生。囚

语其妻曰：“支公嘉意，愧无以报。明日延之下乡，汝以身事之，彼或肯用意，则我可生也。”其妻泣而听命。及至，妻自出劝酒，具告以夫意。支不听，卒为尽力平反之。囚出狱，夫妻登门叩谢曰：“公如此厚德，晚世所稀，今无子，吾有弱女，送为箕帚妾，此则礼之可通者。”支为备礼而纳之，生立，弱冠中魁，官至翰林孔目。立生高，高生禄，皆贡为学博。禄生大纶，登第。

凡此十条，所行不同，同归于善而已。若复精而言之，则善有真，有假；有端，有曲；有阴，有阳；有是，有非；有偏，有正；有半，有满；有大，有小；有难，有易；皆当深辨。为善而不穷理，则自谓行持，岂知造孽，枉费苦心，无益也。

何谓真、假？昔有儒生数辈，谒中峰和尚，问曰：“佛氏论善恶报应，如影随形。今某人善，而子孙不兴；某人恶，而家门隆盛，佛说无稽矣。”

中峰云：“凡情未涤，正眼未开，认善为恶，指恶为善，往往有之。不憾己之是非颠倒，而反怨天之报应有差乎？”

众曰：“善恶何致相反？”

中峰令试言其状。

一人谓：“詈人殴人是恶，敬人礼人是善。”

中峰云：“未必然也。”

一人谓：“贪财妄取是恶，廉洁有守是善。”

中峰云：“未必然也。”

众人历言其状，中峰皆谓不然。因请问。

中峰告之曰：“有益于人是善，有益于己是恶。有益于人，则殴人、詈人皆善也；有益于己，则敬人、礼人皆恶也。是故人之行善，利人者公，公则为真；利己者私，私则为假。又根心者真，袭迹者假；又无为而

为者真，有为而为者假；皆当自考。”

何谓端、曲？今人见谨愿之士，类称为善而取之；圣人则宁取狂狷。至于谨愿之士，虽一乡皆好，而必以为德之贼，是世人之善恶，分明与圣人相反。推此一端，种种取舍，无有不谬。天地鬼神之福善祸淫，皆与圣人同是非，而不与世俗同取舍。凡欲积善，决不可徇耳目，惟从心源隐微处，默默洗涤，纯是济世之心则为端，苟有一毫媚世之心即为曲；纯是爱人之心则为端，有一毫愤世之心即为曲；纯是敬人之心则为端，有一毫玩世之心即为曲；皆当细辨。

何谓阴、阳？凡为善而人知之，则为阳善；为善而人不知，则为阴德。阴德，天报之；阳善，享世名。名，亦福也。名者，造物所忌。世之享盛名而实不副者，多有奇祸；人之无过咎而横被恶名者，子孙往往骤发。阴阳之际微矣哉。

何谓是、非？鲁国之法：鲁人有赎人臣妾于诸侯，皆受金于府。子贡赎人而不受金。孔子闻而恶之曰：“赐失之矣。夫圣人举事，可以移风易俗，而教道可施于百姓，非独适己之行也。今鲁国富者寡而贫者众，受金则为不廉，何以相赎乎？自今以后，不复赎人于诸侯矣。”

子路拯人于溺，其人谢之以牛，子路受之。孔子喜曰：“自今鲁国多拯人于溺矣。”自俗眼观之，子贡之不受金为优，子路之受牛为劣，孔子则取由而黜赐焉。乃知人之为善，不论现行，而论流弊；不论一时，而论久远；不论一身，而论天下。现行虽善，而其流足以害人，则似善而实非也；现行虽不善，而其流足以济人，则非善而实是也。然此就一节论之耳。他如非义之义，非礼之礼，非信之信，非慈之慈，皆当抉择。

何谓偏、正？昔吕文懿公初辞相位，归故里，海内仰之，如泰山北斗。有一乡人，醉而詈之，吕公不动，谓其仆曰：“醉者勿与较也。”闭门谢之。逾年，其人犯死刑入狱。吕公始悔之曰：“使当时稍与计较，送公家责治，可以小惩而大戒。吾当时只欲存心于厚，不谓养成其恶，以至于此。”此以善心而行恶事者也。

又有以恶心而行善事者。如某家大富，值岁荒，穷民白昼抢粟于市。

告之县，县不理，穷民愈肆，遂私执而困辱之，众始定；不然，几乱矣。故善者为正，恶者为偏，人皆知之；其以善心而行恶事者，正中偏也；以恶心而行善事者，偏中正也，不可不知也。

何谓半、满？《易》曰："善不积，不足以成名；恶不积，不足以灭身。"《书》曰："商罪贯盈。"如贮物于器，勤而积之，则满；懈而不积，则不满。此一说也。

昔有某氏女入寺，欲施而无财，止有钱二文，捐而与之，主席者亲为忏悔。及后入宫富贵，携数千金入寺舍之，主僧惟令其徒回向而已。

因问曰："吾前施钱二文，师亲为忏悔，今施数千金，而师不回向，何也？"

曰："前者物虽薄，而施心甚真，非老僧亲忏，不足报德；今物虽厚，而施心不若前日之切，令人代忏足矣。"此千金为半，而二文为满也。

钟离授丹于吕祖，点铁为金，可以济世。

吕问曰："终变否？"

曰："五百年后，当复本质。"

吕曰："如此则害五百年后人矣，吾不愿为也。"

曰："修仙要积三千功行，汝此一言，三千功行已满矣。"

此又一说也。

又为善而心不着善，则随所成就，皆得圆满。心着于善，虽终身勤励，止于半善而已。譬如以财济人，内不见己，外不见人，中不见所施之物，是谓"三轮体空"，是谓"一心清净"，则斗粟可以种无涯之福，一文可以消千劫之罪。倘此心未忘，虽黄金万镒，福不满也。此又一说也。

何谓大、小？昔卫仲达为馆职，被摄至冥司，主者命吏呈善恶二录。

比至，则恶录盈庭，其善录一轴，仅如箸而已。索秤称之，则盈庭者反轻，而如箸者反重。

仲达曰：“某年未四十，安得过恶如是多乎？”

曰：“一念不正即是，不待犯也。”

因问：“轴中所书何事？”

曰：“朝廷尝兴大工，修三山石桥，君上疏谏之，此疏稿也。”

仲达曰：“某虽言，朝廷不从，于事无补，而能有如是之力。”

曰：“朝廷虽不从，君之一念，已在万民；向使听从，善力更大矣。”

故志在天下国家，则善虽少而大；苟在一身，虽多亦小。

何谓难、易？先儒谓克己须从难克处克将去。夫子论为仁，亦曰先难。必如江西舒翁，舍二年仅得之束脩，代偿官银，而全人夫妇；与邯郸张翁，舍十年所积之钱，代完赎银，而活人妻子，皆所谓难舍处能舍也。如镇江靳翁，虽年老无子，不忍以幼女为妾，而还之邻，此难忍处能忍也。故天降之福亦厚。凡有财有势者，其立德皆易，易而不为，是为自暴。贫贱作福皆难，难而能为，斯可贵耳。

随缘济众，其类至繁，约言其纲，大约有十：第一，与人为善；第二，爱敬存心；第三，成人之美；第四，劝人为善；第五，救人危急；第六，兴建大利；第七，舍财作福；第八，护持正法；第九，敬重尊长；第十，爱惜物命。

何谓与人为善？昔舜在雷泽，见渔者皆取深潭厚泽，而老弱则渔于急流浅滩之中，恻然哀之。往而渔焉，见争者，皆匿其过而不谈；见有让者，则揄扬而取法之。期年，皆以深潭厚泽相让矣。夫以舜之明哲，岂不能出一言教众人哉？

乃不以言教而以身转之，此良工苦心也。

吾辈处末世，勿以己之长而盖人，勿以己之善而形人，勿以己之多能而困人。收敛才智，若无若虚；见人过失，且涵容而掩覆之。一则令其可改，一则令其有所顾忌而不敢纵。见人有微长可取，小善可录，翻然舍己而从之，且为艳称而广述之。凡日用间，发一言，行一事，全不为自己起念，全是为物立则，此大人天下为公之度也。

何谓爱敬存心？君子与小人，就形迹观，常易相混，惟一点存心处，则善恶悬绝，判然如黑白之相反。故曰：君子所以异于人者，以其存心也。君子所存之心，只是爱人敬人之心。盖人有亲疏贵贱，有智愚贤不肖，万品不齐，皆吾同胞，皆吾一体，孰非当敬爱者？爱敬众人，即是爱敬圣贤；能通众人之志，即是通圣贤之志。何者？圣贤之志，本欲斯世斯人，各得其所。吾合爱合敬，而安一世之人，即是为圣贤而安之也。

何谓成人之美？玉之在石，抵掷则瓦砾，追琢则圭璋。故凡见人行一善事，或其人志可取而资可进，皆须诱掖而成就之。或为之奖借，或为之维持，或为白其诬而分其谤，务使之成立而后已。

大抵人各恶其非类，乡人之善者少，不善者多。善人在俗，亦难自立。且豪杰铮铮，不甚修形迹，多易指摘。故善事常易败，而善人常得谤。惟仁人长者，匡直而辅翼之，其功德最宏。

何谓劝人为善？生为人类，孰无良心？世路役役，最易没溺。凡与人相处，当方便提撕，开其迷惑。譬犹长夜大梦，而令之一觉；譬犹久陷烦恼，而拔之清凉，为惠最溥。韩愈云：“一时劝人以口，百世劝人以书。”较之与人为善，虽有形迹，然对症发药，时有奇效，不可废也。失言失人，当反吾智。

何谓救人危急？患难颠沛，人所时有。偶一遇之，当如恫瘝之在身，速为解救。或以一言伸其屈抑，或以多方济其颠连。崔子曰：“惠不在大，赴人之急可也。”盖仁人之言哉。

何谓兴建大利？小而一乡之内，大而一邑之中，凡有利益，最宜兴建。或开渠导水，或筑堤防患；或修桥梁，以便行旅；或施茶饭，以济饥渴。随缘劝导，协力兴修，勿避嫌疑，勿辞劳怨。

何谓舍财作福？释门万行，以布施为先。所谓布施者，只是舍之一字耳。达者内舍六根，外舍六尘，一切所有，无不舍者。苟非能然，先从财上布施。世人以衣食为命，故财为最重。吾从而舍之，内以破吾之悭，外以济人之急，始而勉强，终则泰然，最可以荡涤私情，祛除执吝。

何谓护持正法？法者，万世生灵之眼目也。不有正法，何以参赞天地？何以裁成万物？何以脱尘离缚？何以经世出世？故凡见圣贤庙貌，经书典籍，皆当敬重而修饬之。至于举扬正法，上报佛恩，尤当勉励。

何谓敬重尊长？家之父兄，国之君长，与凡年高、德高、位高、识高者，皆当加意奉事。在家而奉侍父母，使深爱婉容，柔声下气，习以成性，便是和气格天之本。出而事君，行一事，毋谓君不知而自恣也。刑一人，毋谓君不知而作威也。事君如天，古人格论，此等处最关阴德。试看忠孝之家，子孙未有不绵远而昌盛者，切须慎之。

何谓爱惜物命？凡人之所以为人者，惟此恻隐之心而已。求仁者求此，积德者积此。周礼，孟春之月，牺牲毋用牝。孟子谓君子远庖厨，所以全吾恻隐之心也。故前辈有四不食之戒，谓闻杀不食，见杀不食，自养者不食，专为我杀者不食。学者未能断肉，且当从此戒之。

渐渐增进，慈心愈长，不特杀生当戒，蠢动含灵，皆为物命。求丝煮茧，锄地杀虫，念衣食之由来，皆杀彼以自活。故暴殄之孽，当与杀生等。至于手所误伤，足所误践者，不知其几，皆当委曲防之。古诗云：“爱鼠常留饭，怜蛾不点灯。”何其仁也！

善行无穷，不能殚述。由此十事而推广之，则万德可备矣。

谦德之效

《易》曰："天道亏盈而益谦，地道变盈而流谦；鬼神害盈而福谦，人道恶盈而好谦。"是故谦之一卦，六爻皆吉。

《书》曰："满招损，谦受益。"予屡同诸公应试，每见寒士将达，必有一段谦光可掬。

辛未计偕，我嘉善同袍凡十人，惟丁敬宇宾，年最少，极其谦虚。

予告费锦坡曰："此兄今年必第。"

费曰："何以见之？"

予曰："惟谦受福。兄看十人中，有恂恂款款，不敢先人，如敬宇者乎？有恭敬顺承，小心谦畏，如敬宇者乎？有受侮不答，闻谤不辩，如敬宇者乎？人能如此，即天地鬼神，犹将佑之，岂有不发者？"

及开榜，丁果中式。

丁丑在京，与冯开之同处，见其虚己敛容，大变其幼年之习。李霁岩，直谅益友，时面攻其非，但见其平怀顺受，未尝有一言相报。予告之曰："福有福始，祸有祸先，此心果谦，天必相之，兄今年决第矣。"

已而果然。

赵裕峰光远，山东冠县人，童年举于乡，久不第。其父为嘉善三尹，随之任。慕钱明吾，而执文见之。明吾悉抹其文，赵不惟不怒，且心服而速改焉。

明年，遂登第。

壬辰岁，予入觐，晤夏建所，见其人气虚意下，谦光逼人，归而告友人曰：“凡天将发斯人也，未发其福，先发其慧。此慧一发，则浮者自实，肆者自敛。建所温良若此，天启之矣。”

及开榜，果中式。

江阴张畏岩，积学工文，有声艺林。甲午，南京乡试，寓一寺中，揭晓无名，大骂试官，以为眯目。时有一道者，在旁微笑，张遽移怒道者。道者曰：“相公文必不佳。”

张益怒曰：“汝不见我文，乌知不佳？”

道者曰：“闻作文，贵心气和平，今听公骂詈，不平甚矣，文安得工？”

张不觉屈服，因就而请教焉。

道者曰：“中全要命；命不该中，文虽工，无益也。须自己做个转变。”

张曰：“既是命，如何转变？”

道者曰：“造命者天，立命者我。力行善事，广积阴德，何福不可求哉？”

张曰：“我贫士，何能为？”

道者曰：“善事阴功，皆由心造，常存此心，功德无量。且如谦虚一节，并不费钱，你如何不自反而骂试官乎？”

张由此折节自持，善日加修，德日加厚。丁酉，梦至一高房，得试录一册，中多缺行。问旁人，曰：“此今科试录。”

问：“何多缺名？”

曰：“科第阴间三年一考较，须积德无咎者方有名。如前所缺，皆系旧该中式，因新有薄行而去之者也。”

后指一行云：“汝三年来，持身颇慎，或当补此，幸自爱。”

是科果中一百五名。

由此观之，举头三尺，决有神明；趋吉避凶，断然由我。须使我存心制行，毫不得罪于天地鬼神，而虚心屈己，使天地鬼神，时时怜我，方有受福之基。彼气盈者，必非远器，纵发亦无受用。稍有识见之士，必不忍自狭其量，而自拒其福也，况谦则受教有地，而取善无穷，尤修业者所必不可少者也。

古语云：“有志于功名者，必得功名；有志于富贵者，必得富贵。”人之有志，如树之有根，立定此志，须念念谦虚，尘尘方便，自然感动天地，而造福由我。今之求登科第者，初未尝有真志，不过一时意兴耳，兴到则求，兴阑则止。

孟子曰：“王之好乐甚，齐其庶几乎？”予于科名亦然。



新浪微博@果麦文化|微信公众号_果麦文化

了凡四训

产品经理｜段冶
装帧设计｜祝牙
Kindle电子书制作｜李元沛
出品人｜赵海萍



谢谢。您选择的是一本果麦图书

诚邀关注“果麦文化”微信公众号